

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการ ศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี

สุวัฒน์ เกิดม่วง*, ปิยะ ทองบาง*, ธันยพร วิเชียรสาร**,
ศักดิ์กร สุวรรณเจริญ*, สุวิทย์ คุณาวิศรุต*

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดื่มกาแฟและความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านลักษณะงาน และปัจจัยด้านความเครียดกับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการ ศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 301 คน เลือกโดยการสุ่มอย่างง่าย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามแบบตอบด้วยตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและสถิติสัมพันธ์สหสัมพันธ์เชิงอันดับของสเปียร์แมน

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการบริโภคกาแฟ (ร้อยละ 67.40) เป็นเพศชาย (ร้อยละ 96.70) อายุเฉลี่ย 31.79 ปี (S.D. = 9.028) ศึกษาในระดับอนุปริญญา และ ปวส. (ร้อยละ 54.70) รายได้ต่อเดือนเฉลี่ย 22,315.55 บาท (S.D. = 11,743.58) มีหนี้สิน (ร้อยละ 68.40) มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ (ร้อยละ 57.80) มีอายุราชการเฉลี่ย 10.45 ปี (S.D. = 9.384) ส่วนใหญ่ชั้นยศนายทหารชั้นประทวน (ร้อยละ 70.80) มีระยะเวลาในการปฏิบัติงานในเวลาราชการเฉลี่ย 7.96 ชั่วโมง/วัน (S.D. = 3.274) มีระยะเวลาในการเข้าเวร 21 ชั่วโมงขึ้นไป/วัน (ร้อยละ 93.70) และมีความเครียดระดับสูง (ร้อยละ 45.20) เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล (อายุ ระดับการศึกษา ภาวะหนี้สิน พฤติกรรมการสูบบุหรี่) ปัจจัยด้านลักษณะงาน (ระยะเวลาในการเข้าเวร) และปัจจัยด้านความเครียด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคกาแฟของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

คำสำคัญ: ทหารประจำการ; พฤติกรรมการดื่มกาแฟ; ศูนย์การบินทหารบก

*สถาบันพระบรมราชชนก คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี

**โรงพยาบาลทัพทัน จังหวัดอุทัยธานี

Corresponding author: Piya Thongbang Email: ya.slimgold@gmail.com

Received 17/10/2024

Revised 15/11/2024

Accepted 16/12/2024

FACTORS RELATED TO COFFEE CONSUMPTION BEHAVIOR AMONG SOLDIERS ON ACTIVE DUTY AT THE ARMY AVIATION CENTER, LOPBURI PROVINCE

Suwattana Kerdmuang, Piya Thongbang*, Tanyaporn Wichiansarn**,
Sakdikorn Suwanchareon*, Suwit Kunawisarut**

ABSTRACT

This descriptive research examined coffee consumption behavior and the relationships among personal factors, job characteristics, and stress levels with the coffee drinking behavior of soldiers on active duty at the Army Aviation Center in Lopburi Province. The sample included 301 individuals selected through simple random sampling. Data were collected using a self-administered questionnaire and analyzed using descriptive statistics and Spearman's rank correlation coefficient.

The study's results revealed several key findings about the sample group. Most participants consumed coffee (67.40%), were male (96.70%), and had an average age of 31.79 years (S.D. = 9.028). Most had an associate degree or a vocational certificate (54.70%) and reported an average monthly income of 22,315.55 baht (S.D. = 11,743.58). Additionally, a significant portion of the group was in debt (68.40%), and many smoked (57.80%). The average length of service among participants was 10.45 years (S.D. = 9.384), with the majority being non-commissioned officers (70.80%). On average, participants worked 7.96 hours per day (S.D. = 3.274) and had shift lengths of 21 hours or more per day (93.70%). Finally, 45.20% of the group reported experiencing a high stress level. The correlation analysis indicated that personal factors (age, education level, debt status, and smoking behavior), work characteristics (shift duration), and stress factors were all significantly related to coffee consumption among the sample group ($p < .05$).

Keywords: soldiers on active duty; coffee consumption behavior; the Army Aviation Center

*Praboromarajchanok Institute; Faculty of Public Health and Allied Health Sciences; Sirindhorn College of Public Health, Suphanburi, ** Thapthan Hospital, Uthaitanee Province

ภูมิหลังและเหตุผล (Background and rationale)

กาแฟเป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย เห็นได้จากในประเทศสหรัฐอเมริกา มีผู้ใหญ่ร้อยละ 90 ที่ดื่มกาแฟเป็นประจำ ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุ 35 ถึง 54 ปี โดยบริโภคในปริมาณเฉลี่ย 280 มิลลิกรัม/คน/วัน¹⁻³ สำหรับประเทศไทยการดื่มกาแฟจัดอันดับเป็นที่ 1 ใน 4 ของประเทศในอาเซียนและอยู่ใน 50 อันดับแรกของโลกที่มีประชาชนดื่มกาแฟมากที่สุด และคนไทยจะมีแนวโน้มดื่มกาแฟมากขึ้น 3 เท่าตัว ซึ่งสอดคล้องกับการดื่มกาแฟของคนไทยโดยเฉลี่ยคิดเป็น 102.40-134.87 มิลลิกรัม/คน/วัน หรือบริโภคกาแฟเฉลี่ย 300 แก้ว/คน/ปี⁴⁻⁶ ถึงแม้การดื่มกาแฟในระดับอ้างอิงต่อวันไม่เกิน 4.28 มิลลิกรัม/น้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม (300 มิลลิกรัม/วัน สำหรับคนที่มีน้ำหนักตัว 70 กิโลกรัม) จะไม่ก่อให้เกิดโทษอย่างเฉียบพลันและปัญหาสาธารณสุข แต่จะส่งผลให้เพิ่มความตื่นตัวของสมองและร่างกาย สามารถป้องกันหรือชะลอการเกิดโรคพาร์กินสันได้นอกจากนั้นยังทำให้มีความสุข และสามารถเข้าสังคมได้⁶⁻⁸ แต่ยังมีข้อกังวลทางการแพทย์หากผู้บริโภคบริโภคในปริมาณมากเกินไปกว่า 100 มิลลิกรัม จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพและผลข้างเคียงอื่น ๆ ได้แก่ เกิดโรคความดันโลหิตสูง ปัญหาเกี่ยวกับหัวใจหรือหัวใจเต้นผิดจังหวะได้ โรควิตกกังวล การนอนไม่หลับ และหากดื่มกาแฟวันละ 6 แก้วอาจทำให้เกิด

การเสพติดกาแฟ ซึ่งหากเลิกดื่มกาแฟอย่างฉับพลันส่งผลให้รุนแรงถึงเสียชีวิตได้ หากผู้ดื่มกาแฟมีโรคประจำตัวหรือโรคแทรกซ้อนอื่น ๆ ร่วมด้วย^{7,9}

จากการทบทวนวรรณกรรม บัณฑิตที่มีความสัมพันธ์ระหว่างการตายจากทุกสาเหตุกับการดื่มกาแฟในเพศชาย จำนวน 41,736 คน ได้แก่ อายุ การสูบบุหรี่ และการป่วยเป็นมะเร็ง ผลการศึกษา พบว่า ผู้ที่ดื่มกาแฟ 5 ถึง 7 แก้วต่อสัปดาห์ ตายจากทุกสาเหตุ จำนวน 2,117 คน พบความเสี่ยงต่อการตายเป็น 1.02 เท่า (95%CI: 1.0 ถึง 1.1) ของกลุ่มที่ไม่ดื่มกาแฟ^{9,10} สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า กลุ่มที่ดื่มกาแฟหรือชามีโอกาสเสี่ยงต่อการตายเป็น 1.83 เท่า (95%CI: 1.39 ถึง 2.40) ของกลุ่มที่ไม่ดื่มกาแฟหรือชา โดยพบว่า ตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ ค่าดัชนีมวลกาย การสูบบุหรี่ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคกาแฟ^{11,12} นอกจากนั้นยังพบว่า บัณฑิตด้านความเครียดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของนักศึกษาแพทย์ในเลบานอน¹³ การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคกาแฟที่ผ่านมามีส่วนใหญ่มักจะเป็นการศึกษาวิจัยเชิงการทดลอง^{4-6,14,15} สำหรับงานวิจัยการบริโภคกาแฟที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจะพบเป็นการศึกษาเชิงระบาดวิทยาเพื่อหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ระหว่างการตายกับการดื่มกาแฟ และศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ของกลุ่มวัยทำงานที่มีลักษณะการทำงานเป็นกะ มีจำนวนชั่วโมงการทำงานที่ยาวนาน เป็นงานที่มีความรับผิดชอบ และมีความเครียด เช่น ศึกษาในกลุ่มพนักงานในสถานประกอบการ กลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มบุคลากรด้านสุขภาพ^{10-12,16} สำหรับการศึกษาพฤติกรรมการดื่มกาแฟอื่น และกาแฟในกลุ่มทหารประจำการ ส่วนใหญ่พบการศึกษาของต่างประเทศ¹⁷⁻²¹

จังหวัดลพบุรี เป็นจังหวัดที่มีค่ายทหารจำนวนมาก และศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี มีลักษณะการทำงานของทหารประจำการ คือ การนั่งพิมพ์งานหน้าจอคอมพิวเตอร์เป็นส่วนใหญ่ เป็นลักษณะงานที่มีท่าทางการทำงานที่ซ้ำซาก มีระยะชั่วโมงการทำงานที่ยาวนาน ตั้งแต่ 08.30 – 16.30 น. และมีการเข้าเวรเป็นกะโดยจะมีการเข้าเวรอย่างน้อย 1-2 ครั้ง ใน 1 เดือน หรืออาจมีการเข้าเวรแทนผู้อื่น โดยมีเวลาในการเข้าเวรเป็นกะ คือ 24 ชั่วโมง ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจเบื้องต้น (Pilot study) จากทหารประจำการ จำนวน 70 คน เมื่อเดือนกันยายน พ.ศ. 2565 พบว่าดื่มกาแฟ ร้อยละ 84.10 โดยดื่มวันละ 2 แก้วต่อวัน ช่วงอายุที่ดื่มมากที่สุด คือ อายุ 26-31 ปี ร้อยละ 26.10 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 20.90 และส่วนใหญ่เป็นโรค ความดันโลหิตสูง ร้อยละ 8.80 โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 7

กลุ่มกำลังพลศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี มีบริบทการทำงานที่แตกต่างออกไป และจากผลการสำรวจเบื้องต้นยังมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ประกอบกับการศึกษาในกำลังพลกองทัพบกที่ผ่านมาพบว่า กำลังพลกองทัพบก มีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เครื่องดื่มชูกำลัง กาแฟ เป็นประจำเนื่องจากต้องเข้าเวรยามเป็นประจำ มีชั่วโมงการทำงานที่ยาวนาน และมีความเครียดจากการทำงาน ซึ่งพฤติกรรมการบริโภคกาแฟนับเป็นปัจจัยเสี่ยงให้เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง การเสพติดกาแฟ การเจ็บป่วยและเสียชีวิตได้²² ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคกาแฟของทหารประจำการ ศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี ประกอบด้วย ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านลักษณะงาน และปัจจัยด้านความเครียด ซึ่งผลการศึกษาในครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้เป็นแนวทางในการป้องกันและลดปัจจัยเสี่ยงจากการบริโภคกาแฟต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา (Objective)

เพื่อศึกษาพฤติกรรมดื่มกาแฟและความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านลักษณะงาน และปัจจัยด้านความเครียดกับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการ ศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี

สมมติฐานการวิจัย (Research Hypothesis)

ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านลักษณะงาน และปัจจัยด้านความเครียด มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการ ศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี

วิธีการศึกษา (Method)

รูปแบบการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ทหารประจำการ จังหวัดลพบุรี จำนวนทั้งสิ้น 1,734 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ทหารประจำการ จังหวัดลพบุรี จำนวน 301 คน คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของของ Krejcie & Morgan (1970)²³ สุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยการนำรายชื่อของแต่ละสังกัดมาจับสลากแบบไม่ใส่คืน ผลการจับสลากได้ 3 สังกัด คือ กองพันบินที่ 21 กรมบิน กองวิทยากร จากนั้นสุ่มตัวอย่างโดยจากการจับฉลากจากรายชื่อทหารประจำการที่เป็นข้าราชการ ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ที่มีอายุระหว่าง 20-60 ปี ตามสัดส่วนของแต่ละสังกัด จนได้ครบจำนวนตัวอย่างตามที่คำนวณไว้

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาจากการทบทวนวรรณกรรมโดยแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล โดยข้อความประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพการสมรส รายได้ ต่อเดือน รายได้เพียงพอกับการใช้ชีวิตประจำวัน หนี้สิน ดัชนีมวลกาย โรคประจำตัว การสูบบุหรี่ และการดื่มแอลกอฮอล์ โดยข้อความเป็นลักษณะแบบเลือกตอบ และแบบเติมข้อความ จำนวน 11 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยด้านลักษณะงาน โดยข้อความ ประกอบด้วย อายุราชการ ระดับชั้นยศ สังกัด ระยะเวลาในการปฏิบัติงานในเวลาราชการ ระยะเวลาในการเข้าเวร และจำนวนชั่วโมงในการเข้าเวร โดยข้อความเป็นลักษณะแบบเลือกตอบ และแบบเติมข้อความ จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านความเครียด ผู้วิจัยใช้แบบวัดความเครียดของโรงพยาบาลสวนปรุง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (Suanprung Stress Test 20; SPST - 20)²⁴ เพื่อให้ประเมินความเครียดในระยะ 6 เดือนที่ผ่านมา มีจำนวน 20 ข้อ คะแนนรวมอยู่ระหว่าง 0 - 100 คะแนน ลักษณะการวัดเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ (Likert scale) โดยมีเกณฑ์การแบ่งระดับความเครียดเป็น 4 ระดับ

ตามช่วงคะแนน คือ 1) มีความเครียดระดับน้อย (0-23 คะแนน) 2) มีความเครียดระดับปานกลาง (24-41 คะแนน) 3) มีความเครียดระดับสูง (42 – 61 คะแนน) และ 4) มีความเครียดระดับรุนแรง (62 คะแนนขึ้นไป)

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรม การบริโภคกาแฟที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดย ประยุกต์จากการศึกษาของ Song & et al. (2008)²⁵ เพื่อใช้ประเมินการดื่มกาแฟ ช่วงเวลาการดื่มกาแฟ ความถี่การดื่มกาแฟ ผู้ที่ดื่มกาแฟร่วมด้วย ลักษณะของการดื่มกาแฟ เหตุผลการดื่มกาแฟ ความรู้สึกเมื่อไม่ได้ดื่มกาแฟ ลักษณะการวัดเป็นแบบเลือกตอบ จำนวน 7 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามทั้ง 4 ส่วน และคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of item objective congruence : IOC) พบว่า ได้ค่าคะแนนอยู่ระหว่าง .67 – 1.00 จากนั้น นำแบบสอบถามในส่วนที่ 3 ไปทดสอบความ เชื่อ มั่น ดั บ ย วิ ธี Cronbach' s alpha coefficient มีค่าเท่ากับ .89

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวม ข้อมูลถึงศูนย์การbinทหารบก จังหวัดลพบุรี และประสานงานกับฝ่ายต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อหาแนวทางในการ เก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้ช่วยวิจัยจะนัดหมายกลุ่มตัวอย่างที่มา ตอบแบบสอบถามในช่วงพักกลางวัน ตั้งแต่

เวลา 12.00 - 13.00 น. กลุ่มตัวอย่างใช้เวลา ในการทำแบบสอบถามด้วยตนเองประมาณ คนละ 10 นาที ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้ อธิบายรายละเอียดของแบบสอบถาม และ ดำเนินการเก็บข้อมูลตามจำนวนกลุ่ม ตัวอย่างที่กำหนด และรวบรวมแบบสอบถาม กลับคืนทันที มีอัตราการตอบแบบสอบถาม (Response rate) เท่ากับร้อยละ 100

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การวิจัยเรื่องนี้ดำเนินการขอจริยธรรม การวิจัยในมนุษย์จากวิทยาลัยการสาธารณสุข สิรินคร จังหวัดสุพรรณบุรี เอกสารรับรองเลขที่ PHCSP-S2563/059 เมื่อวันที่ 4 มกราคม 2563

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้าน ลักษณะงาน และปัจจัยด้านความเครียด วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) สำหรับการหาความสัมพันธ์ วิเคราะห์ด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิง อันดับของสเปียร์แมน (Spearman's rank correlation coefficient) เนื่องจากทดสอบ ข้อตกลงเบื้องต้นด้วย Shapiro-Wilk Test พบว่ามีการแจกแจงข้อมูลไม่ปกติ สำหรับ เกณฑ์การแบ่งระดับคะแนนความสัมพันธ์ใช้ เกณฑ์ของ Cohen (1988)²⁶ ดังนี้ 1) $r > .50$ ขึ้นไป มีความสัมพันธ์ระดับสูง 2) ระหว่าง .30-.49 มีความสัมพันธ์ระดับปานกลาง และ 3) r ระหว่าง .10-.29 มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ

ผลการศึกษา (Results)

ผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

1. **ปัจจัยส่วนบุคคล** พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 96.70) อายุเฉลี่ย 31.79 ปี (S.D. = 9.028) มีอายุระหว่าง 20-30 ปี (ร้อยละ 64.10) จบการศึกษาในระดับอนุปริญญา และ ปวส. (ร้อยละ 54.70) มีสถานภาพโสด (ร้อยละ 57.50) รายได้ต่อเดือนเฉลี่ย 22,315.55 บาท (S.D. = 11,743.58) โดยมีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 10,001 - 20,000 บาท (ร้อยละ 62.10) พบมีหนี้สิน (ร้อยละ 68.40) มีน้ำหนักเฉลี่ย 64.58 กิโลกรัม (S.D. = 8.424) และส่วนสูงเฉลี่ย 169.82 เซนติเมตร (S.D. = 5.440) มีดัชนีมวลกายเฉลี่ย 22.3676 (S.D. = 2.48217) โดยมีดัชนีมวลกายระหว่าง 18.50-22.99 (ร้อยละ 61.80) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 73.00) สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัว จำแนกเป็นโรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 14.30) และโรคไขมันในเลือดสูง (ร้อยละ 11.70) โดยมีพฤติกรรมสูบบุหรี่ สูบบุหรี่ (ร้อยละ 57.80) และดื่มแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 60.10)

2. **ปัจจัยด้านลักษณะงาน** พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุราชการเฉลี่ย 10.45 ปี (S.D. = 9.384) ส่วนใหญ่มีอายุราชการต่ำกว่า 10 ปี (ร้อยละ 70.40) เป็นระดับชั้นยศนายทหารชั้นประทวน (ร้อยละ 70.70) ทำงานในสังกัดกองพันบินที่ 21 (ร้อยละ 48.50) มีระยะเวลาในการปฏิบัติงานในเวลา

ราชการเฉลี่ย 7.96 ชั่วโมง/วัน (S.D. = 3.274) ส่วนใหญ่มีระยะเวลาในการปฏิบัติงานในเวลาราชการ 6-10 ชั่วโมง/วัน (ร้อยละ 96.00) และมีระยะเวลาในการเข้าเวร 21 ชั่วโมงขึ้นไป/วัน (ร้อยละ 93.70) โดยส่วนใหญ่มีจำนวนวันในการเข้าเวร ต่ำกว่า 3 วัน/เดือน (ร้อยละ 90.70)

3. **ปัจจัยด้านความเครียด** พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนความเครียดภาพรวมในระดับสูง ($\bar{X}$ =43.79 คะแนน; S.D. = 12.948) จำแนกเป็นมีความเครียดระดับสูง (ร้อยละ 45.20) มีความเครียดระดับปานกลาง (ร้อยละ 39.50) มีความเครียดระดับน้อย (ร้อยละ 12.00) และมีความเครียดระดับรุนแรง (ร้อยละ 3.30) ตามลำดับ เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ความเครียดที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดที่สุด คือ เงินไม่พอใช้จ่าย ($\bar{X}$ = 2.20, S.D. = 1.09) รองลงมา คือ กลัวทำงานผิดพลาด ($\bar{X}$ = 2.10, S.D. = 1.01) ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ ($\bar{X}$ = 2.10, S.D. = 0.88) และรู้สึกต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ ($\bar{X}$ = 2.10, S.D. = 0.92)

4. **พฤติกรรมการบริโภคกาแฟ** พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ดื่มกาแฟ (ร้อยละ 67.40) โดยดื่มกาแฟระหว่างเวลา 08.00 - 11.59 น. (ร้อยละ 63.00) มีพฤติกรรมดื่มกาแฟวันละ 1 - 2 แก้ว/วัน (ร้อยละ 84.30) และดื่มกาแฟวันละ 3 - 4 แก้ว/วัน (ร้อยละ 11.80) พบว่ากลุ่มตัวอย่างชงรับประทานเอง (ร้อยละ 30.50) และดื่มกาแฟสด (ร้อยละ

21.10) มักดื่มคนเดียว (ร้อยละ 62.60) และดื่มกับเพื่อนร่วมงาน (ร้อยละ 33.50) หากไม่ได้ดื่มกาแฟกลุ่มตัวอย่างจะอาการง่วงนอน (ร้อยละ 52.20) เชื่องช้าหรือซึม (ร้อยละ 28.60) รู้สึกเฉย ๆ (ร้อยละ 13.30) และมีอาการหงุดหงิด กระสับกระส่าย ปวดศีรษะ (ร้อยละ 5.45)

5. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านลักษณะงาน ปัจจัยด้านความเครียดกับพฤติกรรมการดื่มกาแฟ พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำ ($r=.215$) พฤติกรรมการสูบบุหรี่ มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r=.390$) และภาวะหนี้สินมีความสัมพันธ์

ทางบวกในระดับสูง ($r=.524$) แต่กลับพบว่า อายุมีความสัมพันธ์ทางลบ ($r=-.280$) กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับปัจจัยด้านลักษณะงาน พบว่า ระยะเวลาในการเข้าเวรมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r=.381$) กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และปัจจัยด้านความเครียด พบว่า กลุ่มที่มีความเครียด มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r=.487$) กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการ ศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านลักษณะงาน ปัจจัยด้านความเครียด กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 301$)

ตัวแปร	พฤติกรรมพฤติกรรมการดื่มกาแฟ		ระดับความสัมพันธ์
	r	p-value	
1. ปัจจัยส่วนบุคคล			
1.1 อายุ	-.280	<.001**	ต่ำ
1.2 ระดับการศึกษา	.215	.002*	ต่ำ
1.3 ภาวะหนี้สิน	.524	<.001**	สูง
1.4 พฤติกรรมการสูบบุหรี่	.390	<.001**	ปานกลาง
2. ปัจจัยด้านลักษณะงาน			
2.1 ระยะเวลาในการเข้าเวร	.381	.012*	ต่ำ
3. ปัจจัยด้านความเครียด			
3.1 คะแนน SPST - 20	.487	.004*	ปานกลาง

* $p<.05$, ** $p<.001$ / นำเสนอเฉพาะตัวแปรที่มีความสัมพันธ์

วิจารณ์ (Discussions)

การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี อภิปรายผลได้ ดังนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.280$; $p < .05$) ซึ่งอธิบายได้ว่า อายุทหารประจำการที่ต่ำกว่า 40 ปี มีผลต่อปริมาณคาเฟอีนที่ดื่มต่อวัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Knapik & et al. (2017)²⁰ ที่พบว่าทหารอากาศของสหรัฐอเมริกาดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีน ประเภทกาแฟมากกว่า 2 แก้วต่อวันมากที่สุด แต่พบว่าไม่สอดคล้องกับการศึกษาเรื่องความชุก การบริโภคคาเฟอีนรายวัน และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดื่มคาเฟอีนของทหารของสหรัฐอเมริกา ที่พบว่าเมื่อวิเคราะห์ด้วยสถิติโลจิสติกพหุ ทหารที่มีอายุมากกว่า 40 ปี จะพบปริมาณการดื่มคาเฟอีนโดยเฉพาะกาแฟสูงกว่าทหารที่มีอายุน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ¹⁹ สำหรับระดับการศึกษา พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .215$; $p < .05$) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Knapik & et al. (2022)¹⁹ ที่พบว่า ทหารประจำการที่จบการศึกษาระดับอนุปริญญา

และปริญญาตรี มีความชุกในการดื่มกาแฟ และมีความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในส่วนของภาวะหนี้สินพบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .524$; $p < .05$) ซึ่งยังไม่พบว่ามีผลการศึกษาในการศึกษาอื่นถึงประเด็นนี้ แต่สามารถอธิบายได้ว่า การศึกษาที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีหนี้สิน ถึงร้อยละ 68.40 อาจทำให้ต้องหารายได้พิเศษ หรือเข้าเวรเพิ่มเติม ซึ่งอาจจะอดนอนและต้องการความกระฉับกระเฉงในการทำงาน ทำให้มีการดื่มกาแฟในปริมาณมากขึ้น สำหรับการสูบบุหรี่พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .390$; $p < .05$) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Kujapun & et al. (2013)¹¹ ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดื่มกาแฟหรือชากับการตายด้วยโรคเบาหวานในจังหวัดขอนแก่น พบว่า การสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคกาแฟ และยังสอดคล้องกับการศึกษาการดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีนในทหารประเทศสหรัฐอเมริกาเช่นกัน^{12,19,20} ซึ่งอธิบายเพิ่มเติมได้ว่าฤทธิ์ของสารในบุหรี่กับฤทธิ์ของคาเฟอีนมีผลต่อระบบไหลเวียนโลหิต ซึ่งเห็นได้จากข้อมูลของการศึกษาที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัว จำแนก

เป็นโรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 14.30) และโรคไขมันในเลือดสูง (ร้อยละ 11.70)

2. ปัจจัยด้านลักษณะงาน พบว่าระยะเวลาในการเข้าเวรมีความความสัมพันธ์ทางบวก กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่างในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.381$; $p<.05$) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาการดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีนในทหารประเทศสหรัฐอเมริกา^{19,20} เนื่องจากหากมีชั่วโมงหรือระยะเวลาในการเข้าเวรยาวนาน จะส่งผลให้ทหารประจำการดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีน โดยเฉพาะกาแฟ (ร้อยละ 68) เพื่อลดอาการง่วงนอนระหว่างเข้าเวร²¹ ทั้งนี้ เพราะการศึกษานี้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาในการเข้าเวร 21 ชั่วโมงขึ้นไป/วัน ถึงร้อยละ 93.70

3. ปัจจัยด้านความเครียด พบว่า กลุ่มที่มีความเครียด มีความความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r=.487$) กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการศูนย์การบินทหารบก จังหวัดลพบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ พบว่าสอดคล้องกับการศึกษาของ Samaha & et al. (2019)¹³ ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคาเฟอีนกับการเสพติด และความเครียดในทางการแพทย์ของนักศึกษาแพทย์ในเลบานอน โดยปัจจัยด้านความเครียดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคคาเฟอีนของนักศึกษาแพทย์ในเลบานอน ทั้งนี้เนื่องจากผู้ที่มีความเครียดอาจต้องมีตัวช่วยอื่นมาช่วยลด

ความเครียด ซึ่งกาแฟเป็นตัวช่วยหนึ่งที่ทำให้ผู้ที่มีความเครียดคลายความเครียดลงได้^{3,8} นอกจากนั้นการศึกษาของ McLean & et al. (2019)²¹ ระบุว่า ทหารประจำการจำนวน 366 นายที่มีความเครียด และภาวะความผิดปกติทางอารมณ์จากเหตุการณ์ไม่คาดคิด (Post-traumatic Stress Disorder ; PTSD) และกำลังได้รับการรักษา พบว่ามีดื่มคาเฟอีน โดยกาแฟเป็นเครื่องดื่มที่ดื่มมากที่สุด คือ ร้อยละ 89

ข้อยุติ (Conclusions)

ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำ ($r=.215$) พฤติกรรมการสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r=.390$) และภาวะหนี้สินมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูง ($r=.524$) แต่กลับพบว่า อายุมีความสัมพันธ์ทางลบ ($r=-.280$) กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับปัจจัยด้านลักษณะงาน พบว่า ระยะเวลาในการเข้าเวรมีความความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r=.381$) กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และปัจจัยด้านความเครียด พบว่า กลุ่มที่มีความเครียด มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ($r=.487$) กับพฤติกรรมการดื่มกาแฟของทหารประจำการศูนย์การ

บิณฑารบก จังหวัดลพบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ (Recommendations)

ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการดื่มกาแฟให้ครอบคลุมพื้นที่ โดยการเพิ่มขอบเขตกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาเป็นค่ายทหารอื่น ๆ เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคกาแฟในวงกว้างมากขึ้นโดยเปรียบเทียบทุกเหล่าทหาร และทุกระดับ นอกจากนั้นควรศึกษาผลกระทบด้านต่าง ๆ จากการดื่มกาแฟโดยศึกษาปริมาณการดื่มกาแฟเทียบกับน้ำหนัก

เอกสารอ้างอิง (References)

1. Fulgoni VL III, Keast DR, Lieberman HR. Trends in intake and sources of caffeine in the diets of US adults: 2001–2010. *Am J Clin Nutr* 2015; 101 :1081–1087.
2. Coffee and Caffeine Genetics Consortium; Cornelis MC, Byrne EM, Esko T, Nalls MA, Ganna A, Paynter N, et al. Genome-wide meta-analysis identifies six novel loci associated with habitual coffee consumption. *Molecular Psychiatry* 2015; 20(5) : 647-656.
- 3 . Flores G, González JA, Ramos F. Factors influencing coffee

สถานะองค์ความรู้ (Body of knowledge)

ทหารประจำการ ศูนย์การบิณฑารบก มีความเครียดระดับสูง ควรมีการจัดกิจกรรมผ่อนคลายความเครียด เช่น การออกกำลังกาย และควรให้คำแนะนำหรือให้ความรู้เกี่ยวกับ เรื่องการผ่อนคลายความเครียด วิธีการที่ช่วยคลายเครียด และให้คำแนะนำหรือให้ความรู้แก่ทหารประจำการโดยผู้เชี่ยวชาญในค่าย (แพทย์ และพยาบาล เป็นต้น)

- consumption preferences: A case study of university students. *Coffee Science* 2018; 13(1): 45-55.
4. Rakthao D, Kosai P, Wichai T, Jongpongsa S, Tantong P. Consumer behavior of fresh coffee in Thasala district, Nakhon Si Thammarat province. *Veridian E-Journal, Silpakorn University* 2018; 3329-3352. [in Thai].
5. Worachin J, Kenikasahmanworakhun P. Factors influencing the decision to buy fresh coffee from Warijijitra cafe and consumer farm in Ubon Ratchathani. *Journal of Social*

- Science Panyapat 2022; 4(3): 229-42. [in Thai].
6. Mueanchoo J, Chintrakan S. The marketing factors affecting consumer decision making and using cafe using Café Amazon service in PTT gas station, Kanchanaburi province. **Journal of MCU Nakhondhat** 2022; 9(1): 303-316. [in Thai].
7. Higdon JV, Frei B. Coffee and health: a review of recent human research. **Crit Rev Food Sci Nutr** 2006; 46(2): 101-23. doi: 10.1080/10408390500400009
8. Smith AP, Rogers R. Effects of caffeine on mood and performance: A study of realistic consumption. **Psychopharmacology** 1999; 146(1): 1-4.
9. Lopez-Garcia E, Van Dam RM, Li T Y, Rodriguez-Artalejo F, Hu FB. The relationship of coffee consumption with mortality. **Annals of Internal Medicine** 2010; 152(6): 377-384.
10. Lopez-Garcia E, van Dam RM, Li TY, Rodriguez-Artalejo F, Hu FB. The relationship of coffee consumption with mortality. **Ann Intern Med** 2008; 148(12): 904-14. doi: 10.7326/0003-4819-148-12-200806170-00003.
11. Kujapun J, Promthet S, Kamsa-ard S, Suwanrungruang K, Wingnon S. Coffee or tea consumption with diabetes death: a prospective cohort study in Khon Kaen. **KKU Journal for Public Health Research** 2013; 6(3): 110-115. [in Thai].
12. Van Dam RM, Hu FB. Coffee consumption and risk of type 2 diabetes: A systematic review. **JAMA** 2005; 294(1): 97-104.
13. Samaha A, Al Tassi A, Yahfoufi N, Gebbawi M, Rached M, Fawaz MA. Data on the relationship between caffeine addiction and stress among Lebanese medical students in Lebanon. **Data Brief** 2019; 28:104845. doi: 10.1016/j.dib.2019.104845.
14. Thompson CJ, Arsel Z. The Starbucks brand scape and consumers' (anticorporate) experiences of glocalization. **Journal of Consumer Research** 2004; 31(3): 631-642.
15. Wu S, Chiou WB. Understanding consumers' preference for coffee brands: An application of the theory of planned behavior. **International Journal of Consumer Studies** 2009; 33(1): 93-99.

16. Shiferaw B, Girma S, Kassaye T. Cultural significance of coffee consumption in Ethiopia: A sociological perspective. **Ethiopian Journal of Cultural Studies** 2018; 6(2): 123-138.
17. McLellan TM, Riviere LA, Williams KW, McGurk D, Lieberman HR. Caffeine and energy drink use by combat arms soldiers in Afghanistan as a countermeasure for sleep loss and high operational demands. **Nutritional Neuroscience** 2019; 22(11): 768-77. doi: 10.1080/1028415X. 2018. 1443996.
18. Cipollone G, Gehrman P, Manni C, Pallucchini A, Maremmani AGI, Palagini L, et al. Exploring the role of caffeine use in Adult-ADHD symptom severity of US Army Soldiers. **Journal of Clinical Medicine** 2020; 9(11): 3788; doi:10.3390/jcm9113788.
19. Knapik JJ, Steelman RA, Trone DW, Farina EK, Lieberman HR. Prevalence of caffeine consumers, daily caffeine consumption, and factors associated with caffeine use among active duty United States military personnel. **Nutrition Journal** 2022; 21(1): 22. doi.org/10.1186/s12937-022-00774-0.
20. Knapik JJ, Austin KG, McGraw SM, Leahy GD, Lieberman HR. Caffeine consumption among active duty United States Air Force personnel. **Food and Chemical Toxicology** 2017; 105: 377-386.
21. McLean CP, Zandberg L, Roache JD, Fitzgerald H, Pruiksma KE, Taylor DJ, et al. Caffeine use in military personnel with PTSD: prevalence and impact on sleep. **Behav Sleep Med** 2019; 17(2): 202-12. doi: 10.1080/15402002.2017. 1326920.
22. Boonsan M, Kasipol T. Factors predicting health behaviors on nutrition and exercise among Royal Thai Army military with metabolic syndrome at Nawamintharachini Fort, Chon Buri province. **Journal of The Royal Thai Army Nurses** 2014; 15(2): 312-19. [in Thai].
23. Krejcie RV, Morgan DW. Determining sample size for research activities. **Edu Psychol Meas** 1970; 30(3): 607-10.
24. Mahatnirunkul W, Poomphisalchai W, Tapunya P. The research report in the topic of the creation of the Suanprung

- StressTest.** Chiang Mai: Suanprung Hospital, Chiang Mai Province; 1997. [in Thai].
25. Song YJ, Kristal AR, Wicklund KG, Cushing-Haugen KL, Rossing MA. Coffee, tea, colas, and risk of epithelial ovarian cancer. **Cancer Epidemiol Biomarkers Prev** 2008; 17(3): 712-716. doi: 10.1158/1055-9965.EPI-07-2511.
26. Cohen J. **Statistical power analysis for the behavioral sciences.** (2nd ed.). Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.1988.