

การศึกษาความสมดุลชีวิตและการทำงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ  
(ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย

<sup>1</sup> ธารนันท์ แจ่มเจริญ <sup>2</sup> อารี พันธุ์มณี

<sup>1</sup> Thananan Chaengcharoen <sup>2</sup> Aree Punmanee

<sup>1-2</sup> จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์, มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

<sup>1-2</sup> Psychology for Developing Human Potentials, Kasem Bundit University.

<sup>1</sup> Corresponding Author, e-mail : nootaranan.j@gmail.com

บทคัดย่อ

การค้นคว้าอิสระนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาความสมดุลชีวิตและการทำงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย 2) เพื่อเปรียบเทียบความสมดุลชีวิตและการทำงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามเพศ อายุ และระยะเวลาการปฏิบัติงาน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความสมดุลชีวิตและการทำงาน คือ พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย จำนวน 100 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือ แบบสอบถาม แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความสมดุลชีวิตและการทำงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย

ผลการศึกษาพบว่า 1) พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 61 อายุระหว่าง 31-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 40 และระยะเวลาในการปฏิบัติงานระหว่าง 21-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 41 และ 2) ความสมดุลชีวิตและการทำงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย โดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย 3.55 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านจากมากไปหาน้อยพบว่า ด้านการพัฒนาด้าน มีค่าเฉลี่ย 3.82 รองลงมาคือ ด้านการงาน มีค่าเฉลี่ย 3.74 ด้านครอบครัวและสังคม มีค่าเฉลี่ย 3.69 ด้านสุขภาพ มีค่าเฉลี่ย 3.48 และด้านการเงิน มีค่าเฉลี่ย 3.04 ตามลำดับ และ 2 / ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลด้านเพศที่แตกต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการทำงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางไม่แตกต่างกัน ส่วนจำแนกตามอายุพบว่า พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษที่มีอายุที่แตกต่างกัน มีความสมดุลชีวิตด้านการงานแตกต่างกัน จำนวน 3 คู่ ได้แก่ พนักงานเก็บ

ค่าผ่านทางที่มีอายุระหว่าง 20-30 ปี และ 31-40 ปี อายุ 20-30 ปี กับ 41-50 ปี และอายุ 31-40 ปีกับอายุ 51 ปีขึ้นไป ด้านการเงิน แตกต่างกัน จำนวน 2 คู่ ได้แก่ พนักงานเก็บค่าผ่านทางที่มีอายุระหว่าง 31-40 ปีกับอายุ 41-50 ปี และ 31-40 ปีกับอายุ 51 ปีขึ้นไป และส่วนจำแนกตามระยะเวลาในการปฏิบัติงานต่างก็มีความสมดุลชีวิตและการงานในภาพรวมด้านการเงินแตกต่างกัน จำนวน 2 คู่ ได้แก่ พนักงานเก็บค่าผ่านทางที่มีอายุในการปฏิบัติงานระหว่าง 1-10 ปีกับอายุ 21-30 ปี และ 11-20 ปีกับอายุ 21-30 ปี

**คำสำคัญ:** ความสมดุลชีวิตและการงาน พนักงานเก็บค่าผ่านทาง (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย

A STUDY OF WORK-LIFE BALANCE OF EXPRESSWAY TOLL COLLECTORS  
(SI RAT EXPRESSWAY) EXPRESSWAY AUTHORITY OF THAILAND

---

<sup>1</sup>Thananan Chaengcharoen <sup>2</sup> Aree Punmanee

<sup>1-2</sup> Psychology for Human Potential Development, Kasem Bundit University

<sup>1</sup>Corresponding Author, e-mail : nootaranan.j@gmail.com

### Abstract

The objectives of this independent research were: 1) to study the work-life balance of expressway toll collectors; (Si Rat Expressway) Expressway Authority of Thailand 2) To compare the work-life balance of expressway toll collectors. (Si Rat Expressway) Expressway Authority of Thailand and personal factors classified by gender, age and work experience. The sample group used in the study of work-life balance were expressway toll collectors. (Si Rat Expressway) Expressway Authority of Thailand, 100 people, obtained through purposive selection. The tools used in the study were the questionnaire and were divided into 2 parts: Part 1 is a personal information questionnaire of the samples Part 2 were a work-life balance questionnaire for expressway toll collectors. (Si Rat Expressway) Expressway Authority of Thailand

The results of the study found that 1) Most of the expressway toll collectors were male. accounted for 61 percent, ages between 31-40 years accounted for 40 percent and working experience between 21-30 years accounted for 41 percent and 2) work-life balance of expressway toll collectors (Si Rat Expressway) Expressway Authority of Thailand Overall it was at a high level. with an average of 3.55. When considering each aspect from highest to lowest, it was found that personal development had an average of 3.82, followed by work with an average of 3.74, family and society with an average of 3.69,

health with an average of 3.48, and finance with an average of 3.04, respectively. And the results of the comparative analysis of personal factors. There was not significant difference in sex. As for the classification by age, it was found that there was significant difference at .05 level in age. There were 3 pairs of different work-life balances: toll collectors between the ages of 20-30 and 31-40, 20-30 and 41-50, and 31-40 and 51. 2 pairs of different financial aspects, including toll collectors between 31-40 years of age and 41-50 years of age, and 31-40 years of age and 51 years of age and above, and those classified by work experience. There was significant difference at .05 level in financial aspect. There were two pairs of toll collectors with work experience between 1-10 years and 21-30 years and 11-20 years and Age 21-30 years

**Keywords:** Work-life balance Toll collector (Si Rat Expressway) Expressway Authority of Thailand

## บทนำ

ปัจจุบันการทำงานนั้นมีความสำคัญต่อชีวิตมนุษย์เป็นอย่างมาก ดังคำกล่าวที่ว่า “งานคือชีวิต ชีวิตคืองาน บันดาลสุข” การทำงานเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ซึ่งคนกลุ่มวัยแรงงานเป็นกลุ่มใหญ่ที่สุดของโครงสร้างประชากรไทย เพราะกลุ่มคนนี้เป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ และเป็นกลุ่มที่ภาครัฐและภาคเอกชนต้องให้ความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตและทุ่มเทเวลาในการทำงานอย่างเต็มที่และจริงจัง เพราะเป็นการเพิ่มผลผลิตให้แก่องค์กรและพนักงานต้องได้รับผลตอบแทนให้คุ้มค่าได้เลื่อนตำแหน่ง เพิ่ม

เงินเดือน ทำให้ทุกคนที่รักความก้าวหน้าและต้องการผลตอบแทนที่ดีทุ่มเทกับการทำงานให้กับองค์กร และทำให้บุคคลนั้นได้รับการส่งเสริมความสำเร็จในหน้าที่การงาน ยุคนี้จึงเริ่มมีการปรับตัวเพื่อสร้างความสมดุลให้กับชีวิตกันใหม่ด้วยแนวคิด Work Life Balance โดยแบ่งเวลาให้เหมาะสมระหว่างชีวิตส่วนตัวและการทำงานให้เกิดความสมดุลให้มากที่สุด (HR NOTE Thailand บทความ : 2021)

ความสมดุลชีวิตและการทำงานหมายถึงการบริหารจัดการชีวิตด้านการงานและชีวิตได้อย่างมีความพอเหมาะพอดี การเฉลี่ยเวลาในมิติ

ต่าง ๆ ทั้งด้านการงานเพื่อสร้างรายได้ในการดำรงชีวิต การให้เวลากับครอบครัว การพักผ่อน การออกกำลังกาย การอุทิศตนเพื่อสังคม และการดูแลพัฒนาตนเองเพื่อให้มีความมั่นคงและมีความสุขในชีวิตส่งผลให้มีชีวิตยืนยาว (นิภาพันธุ์ พูนเสถียรทรัพย์ : 2563) องค์ประกอบความสมดุลชีวิตและการงาน ประกอบด้วย ด้านการงาน ด้านสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ครอบครัว และครอบครัว ด้านการพัฒนาตนเอง และด้านการเงิน นอกจากการบริหารความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานกับความหลากหลายในองค์การแล้ว ยังมีปัจจัยหรือสิ่งที่ทำให้พนักงานในองค์การมีความแตกต่างกัน เช่น อายุ เพศ กลุ่ม ศาสนา ความรู้ความสามารถ ความคิด รูปแบบการทำงาน ประสบการณ์ในการทำงาน สถานะทางเศรษฐกิจและสังคมรวมไปจนถึงความต้องการของพนักงาน โดยเฉพาะความหลากหลายของอายุหรือกลุ่มวัยซึ่งองค์การจะต้องคำนึงถึงการสร้างสภาพแวดล้อมและปรับค่านิยมวัฒนธรรมในการทำงานที่ส่งเสริมให้พนักงานทำงานร่วมกัน และมีความพึงพอใจต่องานและองค์กร ดังนั้น การบริหารความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานให้สอดคล้องกับความหลากหลายของกลุ่มอายุหรือกลุ่มวัยอีกด้วย (ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ, 2538 : 41-42)

ด้วยเหตุผลและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเรื่องความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประจักษ์ชัดเจนขึ้นและเป็นแนวทางในการบริหารจัดการป้องกันแก้ไขปัญหาต่อไป

### วัตถุประสงค์การศึกษา

1. เพื่อศึกษาระดับความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย
2. เพื่อเปรียบเทียบความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามเพศ อายุ และระยะเวลาการปฏิบัติงาน

### สมมติฐานของการศึกษา

1. พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยที่มีเพศต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการงานมีความแตกต่างกัน
2. พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยที่มีอายุต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการงานมีความแตกต่างกัน

3. พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยที่มีระยะเวลาปฏิบัติงาน ต่างกันมีความสมดุลชีวิต และการงานมีความแตกต่างกัน

### ขอบเขตการศึกษา

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย จำนวน 350 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย จำนวน 100 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจงจากทั้งหมด 4 ด้าน คือ ด้านหัวลำโพง ด้านประชาชื่น ด้านโอโศก และด้านศรีนครินทร์

#### 2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ และระยะเวลาในการปฏิบัติงาน

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสมดุลชีวิตและการงาน ประกอบด้วย ด้านการงาน ด้านสุขภาพ ด้านการเงิน ด้านครอบครัวและสังคม และด้านการพัฒนาตน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ แบบสอบถามพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุม และสามารถนำมาวิเคราะห์ได้ โดยแบบสอบถาม

ในงานวิจัยนี้ทางผู้ศึกษาได้มาจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี วิทยานิพนธ์ รายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือ โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

**ส่วนที่ 1** เป็นข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ และระยะเวลาในการปฏิบัติงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบปลายปิด เป็นคำถามที่ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบ 1 คำตอบ เป็นการเก็บข้อมูลประเภทนามบัญญัติ (Nominal Scale)

**ส่วนที่ 2** เป็นข้อมูลด้านปัจจัยความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ ด้านการงาน ด้านสุขภาพ ด้านการเงิน ด้านครอบครัวและสังคม และด้านการพัฒนาตน

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสมดุลชีวิตและการงาน หมายถึง การบริหารจัดการชีวิตและการงานให้มีความเหมาะสมพอเหมาะพอดีและมีความสุขในการใช้เวลาในการทำงานประกอบอาชีพและการทำกิจกรรมส่วนตัว และกิจกรรมกับครอบครัว เพื่อน สังคม การดูแลตนเองด้านสุขภาพอนามัยทั้งกายและจิตใจ การออกกำลังกาย โภชนาการ

การตรวจสุขภาพ การพักผ่อน การใช้เวลาว่าง และการพัฒนาตน ในการรับการอบรม และเรียนรู้สิ่งใหม่เพื่อพัฒนางานให้มีความเจริญก้าวหน้ามั่นคงเกิดความรักผูกพันต่อองค์กร และมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความสุขในการดำเนินชีวิต ซึ่งประกอบด้วย

1.1 ด้านการงาน หมายถึง การทำงานที่เป็นอาชีพที่มีรายได้เพียงพอในการดำเนินชีวิต มีความพึงพอใจกับงาน ได้ใช้ความสามารถ งานมั่นคง ปลอดภัย ได้รับเกียรติการยอมรับจากหัวหน้า เพื่อนร่วมงานและผู้ที่เกี่ยวข้อง (ผู้ใช้ทาง)

1.2 ด้านสุขภาพ หมายถึง การดูแลรักษาเอาใจใส่สุขภาพกาย และสุขภาพจิตให้แข็งแรง ตามหลักโภชนาการ การออกกำลังกาย การตรวจสุขภาพ การพักผ่อน การสันทนาการ

1.3 ด้านการเงิน หมายถึง การบริหารจัดการรายได้ให้สมดุลกับรายจ่าย การออมเงิน ไว้ใช้ยามฉุกเฉิน เกษียณ และการลงทุน

1.4 ด้านครอบครัวและสังคม หมายถึง การแบ่งเวลาให้กับครอบครัวและเพื่อน ไม่ทุ่มเททำงานมากเกินไปจนสูญเสียความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและเพื่อนทำงานแบบพอดี มีเวลาให้กับครอบครัวเพื่อนมีเวลาทำประโยชน์หรือทำกิจกรรมร่วมกัน

1.5 ด้านการพัฒนาตน หมายถึง การใช้เวลาในศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเพื่อให้เกิดการ

พัฒนาตนเองให้มีความก้าวหน้าในสายอาชีพ การเข้ารับการศึกษาต่อเพื่อเพิ่มความรู้ความสามารถเฉพาะด้านของตนเอง หรือการเรียนรู้ด้วยตนเองทางออนไลน์

2. พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ หมายถึง บุคคลที่ทำหน้าที่เก็บค่าผ่านทางพิเศษประจำด้านต่าง ๆ บนทางพิเศษศรีรัช ของทางพิเศษแห่งประเทศไทย ได้แก่ ด้านหัวลำโพง ด้านประชาชื่น ด้านโอศุก และด้านศรีนครินทร์ ซึ่งต้องปฏิบัติงานให้เป็นไปตามคู่มือปฏิบัติการเก็บค่าผ่านทาง

### การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1. ความถี่ (Frequency) สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลของตัวแปร เพศ อายุ และระยะเวลาในการปฏิบัติงาน

2. ร้อยละ (Percentage) สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลของตัวแปรเพศ อายุ และระยะเวลาในการปฏิบัติงาน

3. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $\bar{x}, SD$ ) สำหรับการศึกษาระดับความสมดุลชีวิตและการงาน จำนวน 5 ด้าน เช่น ด้านการงาน ด้านการสุขภาพ ด้านการเงิน ด้านครอบครัวและสังคม และด้านการพัฒนาตน จำแนกตาม เพศ อายุ และระยะเวลาในการปฏิบัติงาน

สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ การทดสอบค่าที่แบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for Independent Sample) สำหรับทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย  $\bar{X}$  ของกลุ่ม 2 กลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน การทดสอบค่าที่แบบเป็น

อิสระต่อกัน (f-test for Independent Sample) เป็นการทดสอบทางสถิติที่มักใช้วิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญระหว่างค่าเฉลี่ยของ 2 กลุ่มหรือมากกว่า

## ผลการศึกษา

ผู้วิจัยขอเสนอผลการศึกษา ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของพนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
<b>1. เพศ</b>		
ชาย	62	62.0
หญิง	38	38.0
<b>รวม</b>	<b>100</b>	<b>100.0</b>
ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
<b>2. อายุ</b>		
20 - 30 ปี	6	6.0
31 - 40 ปี	40	40.0
41 - 50 ปี	35	35.0
51 ปีขึ้นไป	19	19.0
<b>รวม</b>	<b>100</b>	<b>100.0</b>
<b>3. ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน</b>		
1 - 10 ปี	18	18.0
11 - 20 ปี	36	36.0
21 - 30 ปี	41	41.0
มากกว่า 30 ปี	5	5.0
<b>รวม</b>	<b>100</b>	<b>100.0</b>



จากตารางที่ 1 พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 62 และเพศหญิง จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 38 ส่วนอายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 31 - 40 ปี จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 40 รองลงมา 41 - 50 ปีจำนวน 35 คนคิดเป็นร้อยละ 35 รองลงมา 51 ปีขึ้นไป จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 19 และลำดับสุดท้ายมีอายุระหว่าง 20 - 30 ปี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 6 และส่วนใหญ่มีประสบการณ์

การทำงานอยู่ในช่วงระหว่าง 21 - 30 ปี จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 41 รองลงมา 11 - 20 ปี จำนวน 36 คนคิดเป็นร้อยละ 36 รองลงมา 1 - 10 ปี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 18 และลำดับสุดท้ายมากกว่า 30 ปี จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 5 ตามลำดับ

**ตารางที่ 2** ผลการวิเคราะห์ระดับ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสมดุลชีวิตและการงาน รายด้านและภาพรวม

ความสมดุลชีวิตและการงาน		ระดับสมดุลชีวิตและการงาน		
		ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	ด้านกรงาน	3.74	0.898	มาก
2	ด้านสุขภาพ	3.48	0.998	มาก
3	ด้านการเงิน	3.04	1.080	ปานกลาง
4	ด้านครอบครัวและสังคม	3.69	0.652	มาก
5	ด้านการพัฒนาตน	3.82	0.595	มาก
รวม		3.55	0.595	มาก

จากตารางที่ 2 ความสมดุลชีวิตและการงาน พบว่าโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย 3.55 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านแล้ว พบว่าด้านการพัฒนาตน อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย 3.82 รองลงมาด้านการงาน อยู่ในระดับมาก

โดยมีค่าเฉลี่ย 3.74 ลำดับถัดมาคือ ด้านครอบครัวและสังคม มีค่าเฉลี่ย 3.69 ด้านสุขภาพ มีค่าเฉลี่ย 3.48 และด้านการเงินอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 3.04 ตามลำดับ

## การทดสอบสมมติฐาน

**สมมติฐานข้อที่ 1** พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยที่มีเพศต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการทำงานไม่แตกต่างกัน

**ตารางที่ 3** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบของความสมดุลชีวิตและการทำงาน จำแนกตามเพศ

ความสมดุลชีวิตและการทำงาน จำแนกตามเพศ	เพศชาย		เพศหญิง		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1. ด้านการงาน	3.68	0.54	3.81	0.68	-1.060	.213
2. ด้านสุขภาพ	3.45	0.53	3.52	0.66	-0.604	.179
3. ด้านการเงิน	3.08	0.66	2.98	0.62	0.804	.343
4. ด้านครอบครัวและสังคม	3.60	0.57	3.82	0.66	-1.818	.218
5. ด้านการพัฒนาตน	3.73	0.61	3.96	0.67	-1.787	.382

จากตารางที่ 3 พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสมดุลชีวิตและการทำงานจำแนกตามเพศไม่พบความแตกต่าง ซึ่งผลวิเคราะห์ที่ได้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

**สมมติฐานข้อที่ 2** พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยที่มีอายุต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการทำงานแตกต่างกัน

**ตารางที่ 4** ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของความสมดุลชีวิตและการทำงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทาง (ทางพิเศษศรีรัช) การทางแห่งประเทศไทย จำแนกตามอายุ(ด้านการงาน) ด้วยวิธี LSD ภาพรวม

อายุ	20 – 30 ปี	31 – 40 ปี	41 – 50 ปี	51 ปีขึ้นไป
20 – 30 ปี	-	0.648*	0.543*	0.236
31 – 40 ปี	-	-	-0.104	-0.412*
41 – 50 ปี	-	-	-	-0.308
51 ปีขึ้นไป	-	-	-	-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 4 พบว่า พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษที่มีอายุแตกต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการทำงานในภาพรวมด้านการงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 จำนวน 3 คู่ ได้แก่ พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษที่มีอายุระหว่าง 20-30 ปี และ 31-40 ปี, อายุ 20-30 ปี กับ 41-50 ปี และอายุ 31-40 ปี กับอายุ 51 ปีขึ้นไป

**ตารางที่ 5** ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทาง (ทางพิเศษศรีรัช) การทางแห่งประเทศไทย จำแนกตามอายุ (ด้านการเงิน) ด้วยวิธี LSD ภาพรวม

อายุ	20 – 30 ปี	31 – 40 ปี	41 – 50 ปี	51 ปีขึ้นไป
20 – 30 ปี	-	0.009	-0.035	-0.576
31 – 40 ปี	-	-	-0.358*	-0.586*
41 – 50 ปี	-	-	-	-0.227
51 ปีขึ้นไป	-	-	-	-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 5 พบว่า พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษที่มีอายุต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการงานในภาพรวมด้านการเงินแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 จำนวน 2 คู่ ได้แก่ พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษที่มีอายุระหว่าง 31-40 ปี กับอายุ 41-50 ปี และ 31-40 ปีกับอายุ 51 ปีขึ้นไป

**สมมติฐานข้อที่ 3** พนักงานเก็บค่าผ่านทางพิเศษ (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทยที่มีระยะเวลาปฏิบัติงาน ต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการงานแตกต่างกัน

**ตารางที่ 6** ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทาง (ทางพิเศษศรีรัช) การทางแห่งประเทศไทย จำแนกตามระยะเวลาในการปฏิบัติงาน (ด้านการเงิน)

ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน	1 – 10 ปี	11 – 20 ปี	21 – 30 ปี	มากกว่า 30 ปี
1 – 10 ปี	-	-0.003	-0.412*	-0.453
11 – 20 ปี	-	-	-0.408*	-0.449
21 – 30 ปี	-	-	-	-0.041
มากกว่า 30 ปี	-	-	-	-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 6 พบว่า พนักงานที่มีระยะเวลาในการปฏิบัติงานต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลวิเคราะห์ที่ได้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จำนวน 2 คู่ ได้แก่ พนักงานเก็บค่าผ่านทางที่มีระยะเวลาในการปฏิบัติงานระหว่าง 1-10 ปีกับระหว่าง 21-30 ปี และพนักงานที่มีระยะเวลาในการปฏิบัติงานระหว่าง 11-20 ปีกับระหว่าง 21-30 ปี

## อภิปรายผลการศึกษา

จากการศึกษาความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทาง (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย พบว่าความสมดุลชีวิตและการงานพนักงานเก็บค่าผ่านทาง (ทางพิเศษศรีรัช) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย มีความสมดุลชีวิตทั้ง 5 ด้าน คือ ด้านการพัฒนาตน ด้านการงาน ด้านครอบครัวและสังคม และด้านสุขภาพ อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านการเงิน อยู่ในระดับปานกลาง

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการทดสอบสมมติฐานดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 พนักงานที่มีเพศต่างกัน มีความสมดุลชีวิตและการงานไม่แตกต่างกัน ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ สมชัย ปราบริณี (2560) ปัจจัยพนักงานด้านเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ ที่ต่างกันมีความสมดุลของชีวิตและการทำงานโดยภาพรวมและรายประเด็นไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 2 พนักงานที่มีที่มีอายุต่างกัน มีความสมดุลชีวิตและการงานแตกต่างกัน ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของสิริวิชญ์ อองกุลนะ (2561) ได้ทำการศึกษา เรื่อง คุณภาพชีวิตการทำงานส่งผลต่อความผูกพันต่อองค์กรของพนักงานบริษัท นีโอทอรอนิก้า ประเทศไทย จำกัด พบว่า เพศ อายุ ที่แตกต่างกันมีความผูกพันต่อองค์กรไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 3 ระยะเวลาในการปฏิบัติงานที่แตกต่างกันมีความสมดุลชีวิตและการงานของพนักงานเก็บค่าผ่านทาง เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ มีด้านการงาน ด้านสุขภาพ ด้านครอบครัวและสังคม และด้านการพัฒนาตนไม่แตกต่างกัน มีด้านการเงินที่แตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนิกันต์ ภูักัณหา (2563) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเงินของบุคลากร สำนักงานตรวจเงินแผ่นดิน พบว่า ทศนคติต่อการบริหารการเงิน ด้านการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และด้านอิทธิพลสื่อ ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเงินของบุคลากรสำนักงานการตรวจเงินแผ่นดิน

## ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษา

ควรให้ความสำคัญกับความสมดุลชีวิตและการงานด้านการเงินให้มากขึ้น เพื่อสร้างความสมดุลชีวิตด้านการเงินให้อยู่ในระดับมากเช่นเดียวกับด้านความสมดุลชีวิตและการงานด้านอื่น ๆ ความสมดุลชีวิตและงานอยู่ในระดับปานกลาง จึงควรให้ความสำคัญความสมดุลชีวิตและการงานในด้านการเงินให้มากยิ่งขึ้น

## ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อให้ทราบถึงข้อมูลเชิงลึกให้มากยิ่งขึ้น โดยการรับฟังความคิดเห็นของผู้ปฏิบัติงาน การสัมภาษณ์ การพูดคุยแบบเปิดใจเพื่อให้ได้ข้อมูลจากผู้ปฏิบัติงานมากขึ้น

## บรรณานุกรม

- ชนิกานต์ ภูกัณฑ์. (2563). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเงินของบุคลากรสำนักงานการตรวจเงินแผ่นดิน (บทความวิจัย)**. คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง. สืบค้น 3 พฤศจิกายน 2566, จาก <https://mmm.ru.ac.th/MMMIS/vlt15-1/6114993620.pdf>
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์. (2538). **พฤติกรรมผู้บริโภค ฉบับพื้นฐาน**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.
- สมชัย ปราบรัตน์. (2560). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเป็นองค์กรแห่งความสุขของธุรกิจอุตสาหกรรมการผลิตในพื้นที่จังหวัดสงขลา**. ทุนอุดหนุนการวิจัย มหาวิทยาลัยหาดใหญ่.
- สิริวิษณุ อองกุลนะ. (2561). **คุณภาพชีวิตในการทำงานส่งผลต่อความผูกพันต่อองค์กรของพนักงานบริษัท นิโธรอนิก้า ประเทศไทย จำกัด (บทความวิจัย)**. มหาวิทยาลัยแม่โจ้. สืบค้น 20 กุมภาพันธ์ 2567, จาก <https://libraryservices.mju.ac.th/mjudc/search.php>
- หทัยทิพย์ ลีสงวนกุลธร (2555). **การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อสมดุลชีวิตกับการทำงานสถาบันคุ้มครองเงินฝาก**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย.
- HR Trend (2021). : สืบค้น 3 พฤศจิกายน 2566, จาก <https://th.hrnote.asia/personnel-management/190725-work-life-balance/>