

บทความการวิจัย

ปัจจัยจูงใจที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานใน
เขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ

MOTIVATIONAL FACTORS INFLUENCING BEHAVIOR OF LEISURE TIME
OUTSIDE WORKING HOURS OF WORKING AGE PEOPLE IN MUEANG DISTRICT
SAMUT PRAKAN PROVINCE

ชัยภัทร ศรีบรรเทา

หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาลักษณะของคนวัยทำงานปัจจัยจูงใจ พฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ 2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลือกใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ 3) เพื่อศึกษาปัจจัยจูงใจที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการกลุ่มตัวอย่าง เป็นคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 385 คน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน t-test ความแปรปรวนทางเดียวและการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย 26-35 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรี อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 30,001-40,000 บาท

ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยจูงใจ ในภาพรวม มีค่าเฉลี่ยในระดับมากเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยแต่ละด้าน พบว่ามีค่าเฉลี่ยมากที่สุดทุกด้าน โดยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านจำนวนวันหยุด/เวลาว่างจากการทำงานปกติเท่ากันรองลงมาคือ ด้านความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และด้านพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมพบว่า ค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยแต่ละด้าน พบว่า มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดทุกด้าน โดยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสังคม รองลงมาคือ ด้านการเรียนและด้านการทำงานนอกเวลา และด้านส่วนตัว ตามลำดับ 2) คนวัยทำงานที่มีอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ

แตกต่างกัน ส่วนคนวัยทำงานที่มีเพศแตกต่างกันมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 3) ปัจจัยจูงใจ 3 ตัว คือ ด้านความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (X_1) ด้านจำนวนวันหยุด/เวลาว่างจากการทำงานปกติ (X_2) และ ด้านกิจกรรมนอเวลาทำงาน (X_3) มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

$$\hat{Y} = -0.0084 + 0.123X_1 + 0.5119 X_2 + 0.781$$

ABSTRACT

Subject to study the Behavior of leisure time outside working hours of working age people in Mueang District Samut Prakan Province Objectives 1) to examine the characteristics of people of working age, motivating factors Behavior of leisure time outside working hours of working age people in Mueang District Samut Prakan Province 2) to study the behavior of choosing to spend free time outside working hours of working people in Mueang District Samut Prakan Province 3) to study the motivating factors influencing behavior of leisure time outside working hours among working age people in Mueang District Samut Prakan Province sample group A person of working age in Mueang District Samut Prakan Province, 385 people used the questionnaire as a tool to collect data. The statistics used in the data analysis represented frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test, one-way variance, and multiple regression analysis. Most of the samples were male, 26-35 years old, with a bachelor's degree, occupation of a private company employee and average monthly income 30,001-40,000 baht.

The results of the research showed that 1) the overall motivation factor had a high mean when considering the mean of each aspect. It was discovered that the average was the highest in all respects. In descending order, the number of holidays/free time from ordinary work was the same, followed by taking advantage of the leisure time requirement aspect and behavior of leisure time outside working hours aspects of working age people

in Muang district Prakan Province. Overall, it was discovered that it was average at the highest level. When considering the mean for each aspect, it was exposed that the mean was the highest in all aspects. The descending order was social time aspect, followed by academic time aspect, part-time work aspect and personal time aspects respectively; 2) working aged people who were different in age, education level, occupation, and average monthly income. There were different means of behavior of spending leisure time outside working hours. As for working aged people of different gender, there was a behavior of spending free time outside of working hours in Muang District. Samut Prakan Province was no different. 3) These three motivating factors were defined as benefits (X_1), the number of holidays/free time from normal work (X_2), and the non-working activities (X_3) influencing the behavior of leisure time outside working hours of working people in Muang district Samut Prakan Province statistically significant at the 0.05 level

$$\hat{Y} = -.0084 + 0.123X_1 + 0.5119 X_2 + 0.781$$

ภูมิหลัง

คนไทยมีชั่วโมงการทำงานสูงถึงสัปดาห์ละ 50.9 ชั่วโมง ขึ้นแท่นมากที่สุดในเอเชีย ท่ามกลางกระแสโลกที่ต่างมีแนวโน้มลดชั่วโมงหรือวันทำงานลง จากปัจจัยที่เทคโนโลยีกำลังก้าวหน้าจนเข้ามาแทนที่แรงงานมนุษย์คนไทยทำงานเฉลี่ย 50.9 ชม./สัปดาห์ ปกติแล้วประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกจะมีชั่วโมงการทำงาน อยู่ที่สัปดาห์ละ 40-44 ชั่วโมง หรือสัปดาห์ละ 5 วัน ตั้งแต่จันทร์ถึงศุกร์ วันละ 8 ชั่วโมง แต่จากการสำรวจไลฟ์สไตล์การทำงานของลูกจ้างประจำที่เป็นคนชั้นกลางในเอเชีย 21 ประเทศ โดยจีเอฟเค ประเทศไทย บริษัทวิจัยทางการตลาด ระบุว่า ในปี 2558 ประเทศไทยมีชั่วโมงการทำงานเฉลี่ยสูงที่สุดในเอเชียที่สัปดาห์ละ 50.9 ชั่วโมง โดยสูงกว่าค่าเฉลี่ยที่อยู่ 48 ชั่วโมง ในช่วงหลายปีที่ผ่านมา มักจะได้ยินแนวคิดเรื่องการทำงานสัปดาห์ละ 4 วัน หรือการลดชั่วโมงการทำงาน และการทำงานแบบไม่ต้องเข้าออฟฟิศทุกวัน ซึ่งส่วนหนึ่งของแนวคิดดังกล่าวน่าจะได้รับอิทธิพลมาจากทางยุโรป เพราะโดยพื้นฐานของคนยุโรปไม่ใช่คนทำงานหนัก ยิ่งในปัจจุบันมีการนำ AI เข้ามาใช้แทนแรงงานคน ซึ่งจากเทคโนโลยีที่ก้าวล้ำจึงทำให้บริษัทหลายแห่งมีผลประกอบการที่ดีขึ้น เลยเฉลี่ยผลประกอบการนั้นให้กับพนักงานด้วยการลดเวลาการทำงานลง (www.bltbangkok.com)

การทำกิจกรรมหรือกิจกรรมประจำวันบางอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการเล่นกีฬา การอ่านหนังสือ เล่นเกม หรือกระทั่งการปาร์ตี้สังสรรค์ ไม่ใช่สิ่งสำคัญหรือส่งเสริมการทำงาน เพราะไม่เกี่ยวข้องกับอาชีพที่เรา กำลังทำอยู่โดยตรง แต่จริง ๆ แล้วกิจกรรมเหล่านี้ล้วนเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาทักษะการทำงานและการดำรงชีวิตประจำวันของเราได้ทั้งนั้น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ยังเป็นสิ่งที่บ่งบอกความเป็นตัวเองของเราได้ อย่างดี (www.blog.jobthai.com)

การจัดการเวลาจึงมีความสำเร็จมากเช่นกัน เพื่อให้มีรูปแบบการทำงานที่เน้นประสิทธิภาพ และสมดุลชีวิตส่วนตัวของตัวเอง งานวิจัยของมหาวิทยาลัยแมสซาชูเซตส์บอกว่าคนที่ใช้เวลาการทำงานน้อย คือ "คนที่มีเวลาพักในใจ, และมีความพึงพอใจกับชีวิต" ในบางประเทศได้ทำการสำรวจความคิดเห็นของ ประชาชนวัยทำงานและวิเคราะห์เกี่ยวกับสิ่งที่ทำให้ผู้คนมีความสุขมากที่สุดในระหว่างวัน เขาบอกว่า ความสุขจากการที่มีคนที่สามารถให้อภัยกัน และ การที่ได้สื่อสารกับคนอื่น ๆ และได้ผ่อนคลายจากเวลา ทำงาน และการเดินทางกลับบ้าน เราสามารถทำงานเสร็จได้เร็วไว เราจะมีเวลามากขึ้น เพื่อแบ่งปันเวลาไป ทำกิจกรรมที่เราต้องการ หรือเพื่อให้สามารถออกไปพบกับผู้คนใหม่ๆ และแสวงหามุมมองที่กว้างขึ้น ใน สังคมอื่นๆ ที่นอกเหนือจากสังคมที่ทำงาน นอกจากนั้นการได้เปิดโลกกว้างจะทำให้จิตใจสบายแล้วทำให้ เรามีกิจกรรมที่กว้างไกลเพื่อช่วยปรับปรุงการทำงานของตนเองอีกด้วย การใช้เวลาว่างและนั่นหมายความว่า ช่วยสร้างพื้นฐานของคนเกี่ยวกับความ ต้องการและที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้นการที่บุคคลได้เข้าไปมีส่วนร่วมใน กิจกรรมที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา ศิลปะ วิทยาศาสตร์ และธรรมชาติต่าง ๆ จนทำให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลินได้ ผ่อนคลายความเครียด มีโอกาสแสดงความสามารถพิเศษ และมีความ เป็นอิสระ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นความต้องการของมนุษย์ในสังคมต่าง ๆ ทั่วไป การใช้เวลาว่างเวลานอกเวลา ทำงาน จึงมีบทบาทสำคัญต่อมนุษย์ทุกคน (ผู้จัดการออนไลน์, 2562)

จากความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ผู้วิจัยสนใจศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการใช้ เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ เพื่อใช้เป็นข้อมูลสิ่ง สำคัญจากการใช้เวลาว่างและกิจกรรมการใช้เวลาว่างในการทำประโยชน์และนั่นหมายความว่า เพราะ ข้อมูลเหล่านี้จะช่วยพัฒนาและเป็นแนวทางในการใช้เวลานอกเวลาทำงานให้มีประโยชน์แก่ตนเองและ สังคม และมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะของคนวัยทำงาน ปัจจัยจูงใจ พฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลือกใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ
3. เพื่อศึกษาปัจจัยจูงใจที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากร การศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ คนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ไม่ทราบจำนวนที่แน่นอน

กลุ่มตัวอย่าง การกำหนดขนาดตัวอย่าง โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ เนื่องจากประชากรมีขนาดใหญ่และไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน ดังนั้นขนาดตัวอย่างคำนวณได้จากสูตรไม่ทราบขนาดตัวอย่างของ W.G. Cochran โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และระดับค่าความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 (กัลยา วาณิชย์บัญชา, 2560) ได้กลุ่มตัวอย่าง 385 คน และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental Sampling) จาก คนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษานี้ มุ่งเน้นศึกษาพฤติกรรมการเลือกใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ภายใต้แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับความต้องการ แนวคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจ แนวคิดเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม แนวคิดเกี่ยวกับกิจกรรมนอกเวลาทำงาน

3. ขอบเขตด้านตัวแปร

ผู้วิจัยได้กำหนดตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยไว้ดังนี้

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ลักษณะของคนวัยทำงาน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน และปัจจัยจูงใจ ประกอบด้วย ความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ จำนวนวัน/เวลาว่างจากการทำงานปกติและกิจกรรมการนอกเวลาทำงาน

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการเลือกใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดให้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ลักษณะของแบบสอบถาม มี 5 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับลักษณะของคนวัยทำงาน ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน แบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list) จำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับปัจจัยจูงใจ ประกอบด้วย ความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ จำนวนวัน/เวลาว่างจากการทำงานปกติและกิจกรรมการนอกเวลาทำงานจำนวน 14 ข้อแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Likert's Five Rating Scale)

ส่วนที่ 3 เป็นคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการประกอบด้วย ด้านส่วนตัว ด้านสังคมด้านการเรียนและด้านการทำงานนอกเวลา จำนวน 12 ข้อ แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Likert's Five Rating Scale)

ส่วนที่ 4 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะ เป็นคำถามปลายเปิดให้แสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ

เกณฑ์การให้คะแนนในส่วนที่ 3 และส่วนที่ 4 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คะแนน

5 คะแนน	หมายถึง	ระดับมากที่สุด
4 คะแนน	หมายถึง	ระดับมาก
3 คะแนน	หมายถึง	ระดับปานกลาง
2 คะแนน	หมายถึง	ระดับน้อย
1 คะแนน	หมายถึง	ระดับน้อยที่สุด

การแปลความหมายโดยเทียบค่าเฉลี่ยตามเกณฑ์ของเบสท์(Best, 1981)

คะแนนเฉลี่ย	4.21-5.00	หมายถึง	ระดับมากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย	3.41-4.20	หมายถึง	ระดับมาก
คะแนนเฉลี่ย	2.61-3.40	หมายถึง	ระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.81-2.60	หมายถึง	ระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย	1.00-1.80	หมายถึง	ระดับน้อยที่สุด

2. ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดเกี่ยวกับแนวคิดเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แนวคิดเกี่ยวกับกิจกรรมนอกเวลาทำงานแนวคิดเกี่ยวกับความต้องการแนวคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจและแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมและนำข้อมูลที่ได้มาทำการสร้างเป็นแบบสอบถามให้ครอบคลุมเนื้อหาที่จะศึกษา

2. ทำการสร้างแบบสอบถามที่เกี่ยวกับลักษณะของคนวัยทำงาน และปัจจัยจูงใจพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการและข้อคำถามเกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะ

3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อทำการตรวจสอบ ข้อบกพร่อง และนำข้อเสนอแนะมาทำการปรับปรุงแบบสอบถามให้มีความสมบูรณ์และเที่ยงตรงมากยิ่งขึ้น แล้วนำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านตรวจสอบความสอดคล้องของแบบสอบถามกับวัตถุประสงค์ในการวิจัย

4. การหาค่าความเที่ยงตรงของเครื่องมือ นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่านทดสอบหาความสอดคล้องของแบบสอบถามกับวัตถุประสงค์ในการวิจัยโดยใช้วิธีการคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Index of Item Objective Congruence) โดยมีหลักเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

+1 หมายถึง ผู้ทรงคุณวุฒิแน่ใจว่าคำถามนั้นสอดคล้องกับเนื้อหา สามารถนำไปวัดได้อย่างแน่นอน

0 หมายถึง ผู้ทรงคุณวุฒิไม่แน่ใจว่าคำถามนั้นสอดคล้องกับเนื้อหาไม่แน่ใจว่าจะนำไปวัดได้

-1 หมายถึง ผู้ทรงคุณวุฒิแน่ใจว่าคำถามนั้นไม่สอดคล้องกับเนื้อหาไม่สามารถนำไปวัดได้อย่างแน่นอน

5. การหาค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถาม (IOC) โดยใช้สูตร

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC หมายถึง ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence)

R หมายถึง ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด

N หมายถึง จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

ถ้าค่าดัชนี IOC ที่คำนวณได้มีค่าเท่ากับ 1 ซึ่งมากกว่า 0.50 ถือว่าข้อคำถามนั้นใช้ได้ สามารถนำไปใช้วัดได้ ถ้าข้อคำถามใดมีค่าน้อยกว่า 0.50 ข้อคำถามนั้นก็ถูกตัดออกไป หรือนำไปปรับปรุงแก้ไขใหม่ให้ดีขึ้น

6. ปรับปรุงแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ นำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อทำการตรวจสอบอีกครั้งแล้วนำมาแก้ไขให้สมบูรณ์ก่อนนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

7. หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) นำแบบสอบถามที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขตามที่ผู้ทรงคุณวุฒิเสนอแนะแล้วไปทดลองใช้ กับกลุ่มเป้าหมายที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม(Reliability) ของแบบสอบถามและทำการวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยการคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ด้วยวิธี Cronbach's Alpha coefficientของ Cronbach (1974)ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .955ถ้าความเชื่อมั่นมีค่าตั้งแต่ 0.71 – 1.00 แสดงว่าแบบสอบถามมีความเชื่อมั่นสูง) (Garrett, 1965) สามารถนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลได้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ โดยผู้วิจัยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ จากคนวัยทำงาน ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ โดยขออนุเคราะห์แจกแบบสอบถามจากสถานที่ และ ห้างสรรพสินค้าต่าง ๆ ในอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการเพื่อแจกแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง และ รับคืนมา จนครบตามจำนวน 385คน คิดเป็นร้อยละ 100 และนำแบบสอบถามมาแยกเฉพาะฉบับที่ สมบูรณ์ตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้เพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูล

สรุปผล

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศชายร้อยละ 87.40อายุ26-35 ปีร้อยละ26.75การศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 78.20อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน ร้อยละ 35.33 และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน30,001-40,000 บาท ร้อยละ 30.39

2. ผลการวิเคราะห์ตัวแปรพบว่า ปัจจัยจูงใจ ในภาพรวม มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.69) เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยแต่ละด้าน พบว่ามีค่าเฉลี่ยมากที่สุดทุกด้าน โดยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านจำนวนวันหยุด/เวลาว่างจากการทำงานปกติเท่ากัน(ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.71) รองลงมาคือ ด้านความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์(ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.65)ตามลำดับและด้านพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกร่างเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมพบว่า ค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.72) เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยแต่ละด้าน พบว่ามีค่าเฉลี่ยมากที่สุดทุกด้าน โดยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสังคม(ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.77)รองลงมาคือ ด้านการเรียนและด้านการทำงานนอกร่างเวลาเท่ากัน(ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.71)และด้านส่วนตัว (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.70)ตามลำดับ

3.ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกร่างเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการกับลักษณะของคนวัยทำงานพบว่า คนวัยทำงานที่มีอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกร่างเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ แตกต่างกัน ส่วนคนวัยทำงานที่มีเพศแตกต่างกันมีพฤติกรรม การใช้เวลาว่างนอกร่างเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4.ผลการวิเคราะห์ ปัจจัยจูงใจที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ปัจจัยจูงใจ 3 ตัว คือ ด้านความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (X_1) ด้านจำนวนวันหยุด/เวลาว่างจากการทำงานปกติ(X_2)และ ด้านกิจกรรมนอกเวลาทำงาน (X_3) มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05ซึ่งตัวแปรทั้ง 3ตัวสามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ได้ร้อยละ 76.40 และเขียนสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบได้ดังนี้

$$\hat{Y} = -0.084 + 0.123X_1 + 0.5119 X_2 + 0.781$$

อภิปรายผล

ผลการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ มีประเด็นสำคัญที่นำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ตัวแปรพบว่า ปัจจัยจูงใจ ในภาพรวม มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยแต่ละด้าน พบว่ามีค่าเฉลี่ยมากที่สุดทุกด้าน โดยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านจำนวนวันหยุด/เวลาว่างจากการทำงานปกติเท่ากันรองลงมาคือ ด้านความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ตามลำดับ และด้านพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมพบว่า ค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยแต่ละด้าน พบว่า มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดทุกด้าน โดยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสังคม รองลงมาคือ ด้านการเรียนและด้านการทำงานนอกเวลาเท่ากันและด้านส่วนตัวตามลำดับและพบว่า เมื่อมีเวลาว่างจะทำกิจกรรมให้เกิดประโยชน์ ต้องการที่จะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อครอบครัว และสังคม และต้องการใช้เวลาว่างเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ และคิดว่ามีวันหยุดประจำสัปดาห์เพียงพอต่อการทำกิจกรรมในเวลาว่าง และมีกิจกรรมที่ใช้เวลาว่างร่วมกับครอบครัว ผลการศึกษาสอดคล้องกับผลการศึกษาของเขตไทย สินธุสุวรรณ (2562) เรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมวิธีเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักเรียนนอกระบบในจังหวัดนครปฐมที่พบว่า นักเรียนนอกระบบให้ความหมายของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 4 ประเด็น ได้แก่ การช่วยเหลืองานของครอบครัว การหารายได้เสริม การพักผ่อนหย่อนใจและการศึกษาหาความรู้ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์อยู่ในระดับปานกลาง ผลการศึกษาด้านพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ พบว่า ด้านส่วนตัวคนวัยทำงานให้

ความสำคัญกับการทำกิจกรรมการใช้เวลารว่างนอเวลาทำงานในการพักผ่อนหย่อนใจและด้านการบันเทิง เพื่อคลายความเครียดจากการทำงาน ด้านสังคม คนวัยทำงานให้ความสำคัญกับการทำกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร ด้านการเรียนรู้ คนวัยทำงานให้ความสำคัญการใช้เวลารว่างนอเวลาทำงานในการเรียนรู้เพิ่มเติม เพื่อเพิ่มศักยภาพในการทำงาน และด้านการทำงานนอเวลา คนวัยทำงานให้ความสำคัญกับการทำอาชีพเสริมนอเวลาทำงานปกติเพื่อหารายได้เพิ่ม ผลการศึกษาสอดคล้องกับผลการศึกษาของสอดคล้องกับผลการศึกษาของพระวี โดบัว (2558) เรื่อง พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถิติ คณะวิทยาศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปีการศึกษา 2557 ที่พบว่า พฤติกรรมการใช้เวลาว่าง 3 ลำดับแรกของนักศึกษาได้แก่ ดูภาพยนตร์ และการค้นคว้าทางวิชาการ/หาความรู้ทางอินเทอร์เน็ต รองลงมาคือ การศึกษาดำรงและเอกสารประกอบการเรียนตามที่อาจารย์กำหนด และทำงานร่วมกับกลุ่มเพื่อน ทบทวนเนื้อหาที่ได้เรียนมาและชื่อของตามศูนย์การค้า ตามลำดับ

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการกับ ลักษณะของคนวัยทำงาน พบว่า คนวัยทำงานที่มีอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ แตกต่างกัน ส่วนคนวัยทำงานที่มีเพศแตกต่างกันมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05ด้านอายุ เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ด้วยวิธี LSD พบว่า คนวัยทำงานที่มีอายุ 15-25 ปีมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมแตกต่างกับคนวัยทำงานที่มีอายุ 26-35 อายุ 36-45 ปี และอายุ มากกว่า 55 ปี คนวัยทำงานที่มีอายุ 26-35 ปีและอายุ 36-45ปี และอายุ 46-55 ปีมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมแตกต่างกับคนวัยทำงานที่มีอายุ 46-55 ปี ด้านระดับการศึกษา พบว่า คนวัยทำงานที่มีการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรีมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมแตกต่างกับคนวัยทำงานที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีและ คนวัยทำงานที่มีการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรีมีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมแตกต่างกับคนวัยทำงานที่มีการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี ด้านอาชีพ พบว่า คนวัยทำงานที่อาชีพนักเรียน/นักศึกษา มีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการแตกต่างกับคนวัยทำงานที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัทเอกชนและอาชีพอื่น ๆ และด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า คนวัย

ทำงานที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนน้อยกว่าหรือเท่ากับ 20,000 บาท มีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมแตกต่างกับคนวัยทำงานที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 20,001-30,000 บาท, 30,001-40,000 บาท ,40,001-50,000 บาท และมากกว่า 50,000บาทผลการศึกษาสอดคล้องกับผลการศึกษาของ พัชรภรณ์ ทัทมาลี(2558) เรื่อง แนวทางการเพิ่มประสิทธิภาพการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ที่พบว่าระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อายุ รายได้ของครอบครัว มีความสัมพันธ์กับประสิทธิภาพการใช้เวลาว่างเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

ผลการวิเคราะห์ ปัจจัยจูงใจที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ปัจจัยจูงใจ 3 ตัว คือ ด้านความต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (X_1) ด้านจำนวนวันหยุด/เวลาว่างจากการทำงานปกติ(X_2)และ ด้านกิจกรรมนอกเวลาทำงาน (X_3) มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05ซึ่งตัวแปรทั้ง 3ตัวสามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ได้ร้อยละ 76.40ผลการศึกษาสอดคล้องกับผลการศึกษาของมัทนี สงครามศรี (2556) เรื่อง พฤติกรรมการจัดการเวลาว่างจากการเรียนของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ที่พบว่า นักศึกษามีกิจกรรมที่ชอบทำที่สุดเมื่อว่างจากการเรียนคือ กิจกรรมเพื่อการพักผ่อน กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียน การใช้งานอินเทอร์เน็ตนั้นเพื่อการติดต่อพูดคุย และเล่นเกมหรือเพื่อความบันเทิงและใช้งานเพื่อสืบค้นข้อมูลต่าง ๆ และสอดคล้องกับผลการศึกษาของศักดิ์ภัทร์ เฉลิมพุดพิงศ์ (2554) เรื่อง การใช้เวลาว่างเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิต ที่พบว่า การใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมคุณภาพชีวิต ได้แก่ การเรียนรู้ของแต่ละบุคคลในการใช้เวลาว่าง สถาบันครอบครัวกับการศึกษาใช้เวลาว่าง สถาบันการศึกษากับการใช้เวลาว่าง และสถาบันสังคมกับการใช้เวลาว่าง และการใช้เวลาว่างเป็นกระบวนการส่งเสริมความรู้ ทักษะ สามารถนำไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีอีกทั้งถ้าบุคคลได้ตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่าง นับได้ว่าบุคคลนั้นมีเครื่องมือที่ดีที่จะส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานของคนวัยทำงานในเขตอำเภอเมืองจังหวัดสมุทรปราการมีข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาดังนี้

ผลการศึกษาพบว่า คนวัยทำงานให้ความสำคัญกับกิจกรรมนอกเวลาทำงานและจำนวนวันหยุด/เวลาว่างจากการทำงานปกติมากที่สุด ดังนั้น คนวัยทำงานควรมีแผนการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์กับช่วงวันเวลาที่ว่างจากการทำงาน และควรทำกิจกรรมที่คิดว่ามีประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว และการเรียนมากที่สุด เพื่อให้เกิดการบริหารเวลาที่มีความสมดุลกับชีวิตประจำวัน และมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุข

ผลการศึกษาพบว่า คนวัยทำงานให้ความสำคัญกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกเวลาทำงานด้านสังคมมากที่สุดรองลงมาเป็นด้านการเรียนและการทำงานนอกเวลา ดังนั้น บุคคลที่เป็นคนวัยทำงาน ควรรู้จักการแบ่งเวลา การแยกแยะเวลา ทำให้สามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์อย่างมากมาย ควรจะรู้จักการแบ่งเวลาให้ตัวเอง ครอบครัว และสังคม