



ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการออมและการวางแผนการออมกับความสุขในชีวิตของ  
พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอดเวนติสในประเทศไทย

The Relationship between Saving behaviors, Savings Plans and the Happiness  
of Employees in the Seventh Day Adventist Foundation

ดวงใจ วงศ์เกย\*

Duangjai Wongkoey

Received : February 22, 2023

Revised : May 29, 2023

Accepted : November 10, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการออมด้านแรงบันดาลใจในการออมและการตัดสินใจในการออมกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอดเวนติสในประเทศไทย และ 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการวางแผนการออมด้านการวางแผนด้านรายได้ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย การวางแผนด้านการออม และการวางแผนด้านภาระหนี้สินกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอดเวนติสในประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอดเวนติสจำนวน 284 คน ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลคือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการออมด้านแรงบันดาลใจในการออมและการตัดสินใจในการออมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิต ส่วนการวางแผนการออมด้านรายได้ ด้านการออม และด้านภาระหนี้สินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิต แต่พบว่าการวางแผนการออมด้านค่าใช้จ่ายไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอดเวนติส สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะจากงานวิจัยเป็นประโยชน์ต่อพนักงาน เพื่อนำไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการวางแผนการออมเพื่อให้มีความสุขในการดำเนินชีวิตต่อไป

คำสำคัญ : พฤติกรรมการออม / การวางแผนการออม / ความสุขในชีวิต /  
พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอดเวนติส

\*อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตรและมนุษยศาสตร มหาวิทยาลัยนานาชาติเอเชีย-แปซิฟิก

Instructor, Faculty of Arts and Humanities, Asia-Pacific International University(Corresponding Author)

e-mail: pumchot@hotmail.com

## ABSTRACT

The aim of this research is to 1) investigate the relationship between saving behavior, motivational savings, and savings decisions, and happiness for employees in Seventh Day Foundation in Thailand, and 2) study the relationship between savings plan and income plan. Employees of the Seventh Day Adventist Church Foundation in Thailand use income planning, cost planning, savings planning, debt burden and life happiness. The sample consisted of 284 Seventh Day Adventist Church Foundation employees who were selected by stratified random sampling. The instrument used to collect the data was a questionnaire. Statistics used in data analysis were frequency, percentage, mean, standard deviation, correlation analysis, and multiple regression analysis. The results of the study showed that saving behavior, in terms of saving motivation and saving decisions, was positively correlated with life happiness. As for the planning of savings, income, savings, and debt burden were positively correlated with life happiness. However, it was found that the cost savings plan had no relationship with the happiness of the employees at the Seventh Day Adventist Church Foundation. The summary of research findings and suggestions from the research are beneficial to employees and should be used as basic information for planning savings in order to be happy in life.

**Keywords :** Saving behavior / Saving planning / life Happiness /  
Employees in Seventh Day Adventist Foundation

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษย์ทุกคนย่อมต้องการชีวิตที่มีความสุข มนุษย์มีความต้องการปัจจัยสี่ในการดำรงชีวิต สิ่งที่จะทำให้มนุษย์ได้มาซึ่งปัจจัยต่างๆ นั้นย่อมมีเรื่องเงินเข้ามาเกี่ยวข้องเพราะหากมนุษย์ยังมีชีวิตอยู่ การมีเงินใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและสะสมไว้ในอนาคตจึงเป็นเรื่องที่ควรให้ความสำคัญ ปัจจุบันบุคคลให้ความสนใจในการออมและการวางแผนการออมเพื่อชีวิตในอนาคตมากขึ้น เนื่องจากการดำเนินชีวิตมีความเสี่ยงต่อความไม่มั่นคงเป็นอย่างมาก หากไม่สามารถประกอบอาชีพและรายได้ที่ไม่เพียงพอจะส่งผลกระทบต่อตนเองและครอบครัว การออมเป็นวิธีการจัดสรรการเงิน เพื่ออนาคตซึ่งทำให้ผู้ออมมีความมั่นคงทั้งด้านรายรับและรายจ่าย แต่ละบุคคลนั้นย่อมมีรายรับที่ต้นทางมีและอาจแตกต่างกันตามปัจจัยต่างๆ รายรับที่ได้ถูกใช้ในการดำรงชีวิต ไม่ว่าจะเป็นด้าน อุปโภคหรือบริโภค การออมเป็นปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดอนาคตเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้เพื่อแก้ไขปัญหาทางการเงินที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในอนาคต และการออมนั้นมีหลายรูปแบบแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับผู้ออมจะเลือกตัดสินใจในการออม เช่น การฝากธนาคาร การซื้อพันธบัตรรัฐบาล การซื้อสลากออมสิน การซื้อหุ้น และการมีส่วนร่วมในการลงทุนต่างๆ เพื่อสนองความต้องการของผู้บริโภค (Butbumrung, 2012) การดำเนินนโยบาย

ส่งเสริมการออมของประชาชนอย่างทั่วถึง และต่อเนื่องโดยเฉพาะอย่างยิ่งการออมภาคสมัครใจจนสามารถทำให้ประชาชนเข้าถึงความสำคัญของการออมในรูปแบบต่างๆ จะช่วยสร้างความมั่นคงยั่งยืนให้แก่ระบบการเงินการคลังในอนาคตได้

การวางแผนทางการเงินที่ดีเปรียบเสมือนเข็มทิศนำทางที่นำไปสู่ความสำเร็จ ความมั่นคง เพราะการวางแผนทางการเงินถือเป็นแบบอย่างการใช้ชีวิตของบุคคลอย่างมีสติ มีเหตุผล และพร้อมรับมือการเปลี่ยนแปลงรอบด้านอย่างดีและทันทั่วถึง บุคคลจำต้องคำนึงว่าทำอะไรจึงจะดำรงชีพได้อย่างไม่ขัดสน และพึงพาตัวเองมากที่สุด ดังนั้นพฤติกรรมการออมและการวางแผนการออมจึงส่งผลต่อการใช้จ่ายอุปโภค บริโภคในแต่ละวันของบุคคลถ้าบุคคลมีเป้าหมาย และมีวัตถุประสงค์ชัดเจนแล้วย่อมจะนำพาให้ชีวิตมีความสุขในการออมและเป็นการปลูกฝังหรือสร้างนิสัยเรื่องการออมให้แก่บุคคล อย่างไรก็ตามมีงานวิจัยเชิงประจักษ์ของ Sereetrakul (2014) กล่าวว่า การออมเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นต่อชีวิต และการออมยังถือเป็นการวางแผนทางด้านการเงินอีกรูปแบบหนึ่งที่มีการแบ่งรายได้ส่วนหนึ่งมาสะสมเก็บไว้ เพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคตให้ประสบความสำเร็จ ดังนั้นเพื่อเป็นหลักประกันให้แก่ตนเองและครอบครัว ซึ่งแต่ละบุคคลควรมีการวางแผนที่เป็นระบบ และทำอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่องจะทำให้ผู้ออมเกิดความรู้สึกร่มเย็น มีความสุข และมีความมั่นคงด้านการเงินในชีวิตตนเองได้ (Supakitvanitchkul & Phasunon, 2016) โดยการควบคุมค่าใช้จ่ายให้น้อยกว่ารายรับที่ได้รับพยายามจัดสรรสัดส่วนรายได้ส่วนหนึ่งไว้สำหรับการออม หรือหาวิธีเพิ่มรายได้ให้มากขึ้น อีกวิธีการหนึ่งที่จะสามารถรองรับ และแก้ปัญหาที่จะเกิดขึ้นได้ คือ การน้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบพิตร ในหลวงรัชกาลที่ 9 มายึดเป็นหลักพื้นฐานในการดำเนินชีวิต โดยทรงเน้นให้ดำเนินชีวิตด้วยความพอประมาณ และความพอประมาณเป็นหนึ่งในพระราชดำรัส ความพอประมาณ คือ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป บริโภคแต่พอดี ใช้จ่ายให้น้อยกว่าที่หามา เพื่อให้มีเงินออมไว้ใช้ในยามฉุกเฉิน (Sujsen, et al., 2018) การใช้ชีวิตบนความพอเพียง ดำเนินอยู่บนทางที่ควรจะเป็นรู้จักพึ่งตนเอง มีความพอประมาณ พออยู่ พอกินพอใช้ และรู้จักเก็บออม รู้จักบริหารเงินในครอบครัวให้มีความพอดี เหลือไว้พอใช้พอออม เพื่อลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น และเพิ่มรายได้เป็นการวางแผนอนาคตที่ดีของชีวิต

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการออมและการวางแผนการออม (Chaisiri, et al., 2019; Chadjapoh, et al., 2020) ผู้วิจัยพบว่าการศึกษากฎการออม การวางแผนการออมและความสุขในชีวิตมาศึกษาค้นคว้ากันน้อย ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำตัวแปรดังกล่าวมาใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ โดยกำหนดหัวข้อของงานวิจัย คือ การศึกษากฎการออมและการวางแผนการออมกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีส การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ออกแบบตัวแปรอิสระและตัวแปรตามดังนี้ ตัวแปรอิสระประกอบด้วย 2 ตัวแปร คือ 1) พฤติกรรมการออม แบ่งออกเป็น 2 ตัวแปรย่อย ได้แก่ แรงบันดาลใจในการออม และการตัดสินใจในการออม (Meeampol, 2014; Changwatanakul, 2016) และ 2) การวางแผนการออม แบ่งออกเป็น 4 ตัวแปรย่อย ได้แก่ การวางแผนด้านรายได้ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย การวางแผนด้านการออม และการวางแผนด้านภาระหนี้สิน (Chadjapoh, et al., 2020) ทั้งนี้ตัวแปรตาม คือ ความสุขในชีวิต (Sukcharoensin, 2021) ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลจากพนักงานที่ปฏิบัติงานในหน่วยงาน

มูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย ทั้งนี้มูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสเป็นองค์การทางศาสนาที่ใหญ่ที่สุดเป็นอันดับที่ 12 ของโลกและเป็นองค์การศาสนาระดับนานาชาติที่ใหญ่ที่สุดเป็นอันดับ 6 ของโลก มีพนักงานทำงานอยู่ในประเทศต่างๆ กว่า 200 ประเทศ ซึ่งมีวัฒนธรรมและเชื้อชาติแตกต่างกัน คริสตจักรได้ก่อตั้งโรงพยาบาล สถานศึกษา สำนักพิมพ์ เป็นต้น (Wikipedia, 2023) โดยในประเทศไทยมีหน่วยย่อยอยู่ภายใต้มูลนิธิ ได้แก่ โรงเรียน มหาวิทยาลัย และโรงพยาบาล ดังนั้นผู้วิจัยอยู่ภายใต้หน่วยการศึกษาระดับมหาวิทยาลัยจึงสนใจศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออมและการวางแผนการออมในหน่วยงาน ซึ่งพนักงานในหน่วยงานมีความหลากหลายทางเชื้อชาติและระดับการศึกษา เช่น ชาวไทยและชาวต่างชาติ มีระดับการศึกษาตั้งแต่ต่ำกว่าปริญญาตรีถึงปริญญาเอก และความแตกต่างเหล่านี้ คือ ที่มาของการศึกษาวิจัยซึ่งเป็นกลุ่มประชากรที่มีความเหมาะสม และคาดว่าจะผลการศึกษาค้นครั้งนี้จะนำไปใช้เป็นประโยชน์เพื่อวางแผนและพัฒนาการออมของพนักงานในมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสต่อไปในอนาคต

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกรรมการออมด้านแรงบันดาลใจในการออมและการตัดสินใจในการออมกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการวางแผนการออมด้านการวางแผนด้านรายได้ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย การวางแผนด้านการออม และการวางแผนด้านภาระหนี้สินกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย

### วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัยของงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนารอบแนวคิดและกระบวนการวิจัยจากการวิเคราะห์และรวบรวมวรรณกรรมเพื่อนำมาสังเคราะห์ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาดังนี้

แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออม

พฤติกรรมกรรมการออม หมายถึง วิธีการเก็บเงินสำหรับวัตถุประสงค์ต่างๆ เพื่อความสะดวกในการใช้จ่าย เพื่อความปลอดภัยและไม่ให้เงินเก็บสูญหายหรือลดจำนวนลง (Supakitvanitchakul, 2015) การออม เป็นปัจจัยกำหนดความมั่นคงทางการเงินของแต่ละบุคคล และการออมถ้าทำอย่างต่อเนื่องจะช่วยแก้ปัญหาด้านการเงินได้ ฉะนั้นการออม คือ การเก็บเงินส่วนหนึ่งหรือส่วนที่เหลือจากรายได้ที่มีได้ใช้จ่าย เพื่อการอุปโภคบริโภค โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อไว้ใช้ในอนาคต (Kladkerd, 2008) และพฤติกรรมกรรมการออม (Saving behavior) Karunapen (2017) กล่าวว่ากรรมการออมเงินเป็นจำนวนเงินออมที่กันจากรายได้มาเก็บสะสมไว้เพื่อมีไว้ใช้จ่ายในอนาคต โดยการออมในรูปแบบต่างๆ เพื่อให้เกิดการเพิ่มมูลค่าของเงินต้น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของเงินต้นเป็นสำคัญ ดังนั้นพฤติกรรมกรรมการออมจึงเป็นการเก็บเงินส่วนหนึ่งจากรายได้และนำมาใช้จ่ายเมื่อจำเป็น การควบคุมและพัฒนาตนฝึกสร้างความมั่นคงส่วนบุคคล รู้จักสร้างรายได้เสริม สร้างความมั่นคง รู้จักบริหารเงิน รู้จักออมอย่างชาญฉลาด และรู้จักใช้จ่ายอย่างรอบคอบสมเหตุสมผลกับการดำรงชีวิตของตน จากการศึกษาของ Chadjapoh, et al. (2020) กล่าวว่าพฤติกรรมกรรมการออมเกี่ยวข้องกับความรู้ในการออม รูปแบบการออมและวัตถุประสงค์ในการออม โดยมีปัจจัยสำคัญในการออมหลายปัจจัย เช่น ผลตอบแทนที่ผู้ออมได้รับจากการออม

อำนาจซื้อของเงินในปัจจุบัน รายได้ส่วนบุคคลสุทธิ และความแน่นอนของจำนวนรายได้ในอนาคตหลังเกษียณอายุ Chaisiri, et al. (2019) ได้กล่าวว่าพฤติกรรมการออมเกี่ยวข้องกับการกระทำหรือลักษณะที่แสดงออกในรูปแบบการออมโดยมีการออมที่ถือเป็นเงินสด ฝากธนาคาร ฝากสหกรณ์ ซื้อสลากออมสิน ซื้อพันธบัตรรัฐบาล ซื้อกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ หรือการทำประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์ เป็นต้น Pimonratanakan, et al. (2017) กล่าวว่าพฤติกรรมการออม หมายถึง ความรู้ ความรู้สึก ความเชื่อที่บุคคลเห็นคุณค่าว่าการออมมีความสำคัญและเป็นเรื่องจำเป็น สามารถสร้างความมั่นคง ความปลอดภัยแก่ตนเองและครอบครัวจึงทำให้มีการวางแผนการใช้จ่ายอย่างระมัดระวัง และเกิดพฤติกรรมการออมอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งพฤติกรรมการออมสามารถวัดได้จากวิธีการออมและสัดส่วนของการออม Wongchan (2012); Meeampol (2014); Changwatanakul (2016) และ Jamroon (2017) กล่าวว่าพฤติกรรมการออมเกิดจากแรงบันดาลใจในการออม ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ และการตัดสินใจในการออม ดังนั้นการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้นำพฤติกรรมการออมมาใช้ในการศึกษาโดแบ่งพฤติกรรมการออมออกเป็น 2 ด้าน คือ ด้านแรงบันดาลใจในการออม และด้านการตัดสินใจในการออม

#### แนวคิดเกี่ยวกับการวางแผนการออม

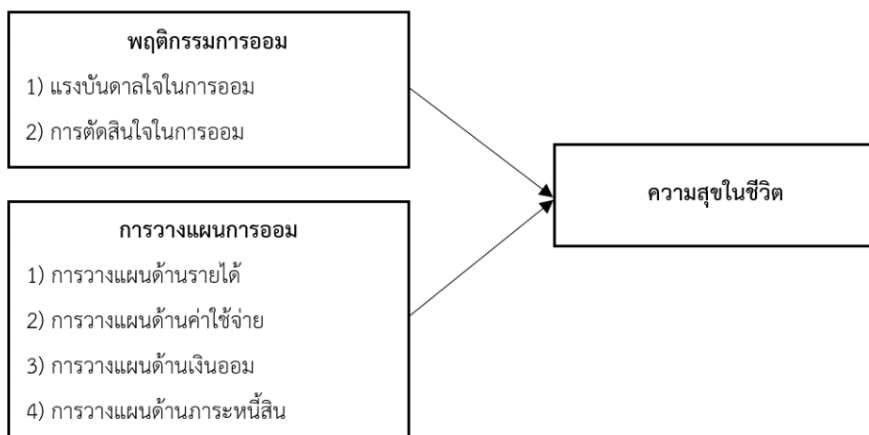
การวางแผนการออม คือ การประมาณรายได้และรายจ่าย เพื่อให้แต่ละบุคคลสามารถจัดสรรรายได้ของตนเองเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในปัจจุบัน และเป็นเงินออมในอนาคต เพื่อให้บุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในชีวิต ซึ่งบุคคลจะต้องวางแผนการออมโดยกำหนดจำนวนเงินและระยะเวลาที่สะสมเงินออมเพื่อให้ได้ตามจำนวนที่ต้องการ เพื่อให้มีเงินออมที่ช่วยบรรเทาความเดือดร้อนทางการเงินในยามฉุกเฉิน (Chadjapoh, et al, 2020) การออมมีหลากหลายรูปแบบและเป้าหมาย เนื่องจากความต้องการใช้เงินของแต่ละบุคคลนั้นแตกต่างกัน บางครั้งวิธีการวางแผนการออมอาจเลือกที่จะออมไว้กับธนาคาร หรือลงทุนด้านต่างๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจของผู้ออม ซึ่งต้องมีการวางแผนการออมให้เหมาะสมกับรายได้ ค่าใช้จ่าย การออมและภาระหนี้สินของตนเอง Sooyson & Jitnomrat (2020) พบว่าการวางแผนการออมจะช่วยสร้างฐานะความมั่นคงทางการเงิน ก่อให้เกิดรายได้ที่มั่นคง ต้องมีการวางแผนใช้จ่าย รู้จักใช้เงินอย่างชาญฉลาด เลือกลงทุนในสถาบันการเงินที่เหมาะสมและคำนึงถึงความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้น และควรเลือกลงทุนที่มีความเสี่ยงต่ำ เพื่อให้การวางแผนการออมประสบความสำเร็จ Jamroon (2017) กล่าวว่า การวางแผนการออมอย่างมีประสิทธิภาพและมีการปฏิบัติตามแผนการออมอย่างเคร่งครัดจะส่งผลทำให้เกิดวินัยทางการเงิน ซึ่งจะนำไปสู่ความสำเร็จในการออมเงินเพื่ออนาคต โดยการวางแผนการออมจะเกี่ยวข้องกับวิธีการออมและการวางแผนด้านค่าใช้จ่าย เช่นเดียวกันงานวิจัยของ Chadjapoh, et al. (2020) ที่กล่าวว่า การวางแผนการออมจะเกี่ยวข้องกับการวางแผนด้านต่างๆ เช่น รายได้ ค่าใช้จ่าย และการออม เป็นต้น ผู้วิจัยจึงได้นำการวางแผนการออมมาใช้ในการศึกษาค้นคว้า โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ การวางแผนด้านรายได้ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย การวางแผนการออม และการวางแผนด้านภาระหนี้สิน

## แนวคิดเกี่ยวกับความสุขในชีวิต

ความสุขในชีวิตเกี่ยวข้องและเชื่อมโยงกับสภาพร่างกาย จิตใจ สภาพทางเศรษฐกิจ ครอบครัวและสังคม การให้นิยามคำว่าความสุขในชีวิตในงานวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นที่มีมิติความมั่นคงด้านเศรษฐกิจหรือด้านรายได้ของบุคคลซึ่งเกิดจากพฤติกรรมกรออมและการวางแผนการออม เป็นการมุ่งเน้นการลงทุนที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตในรูปแบบต่างๆ เช่น เงินฝาก การให้สินเชื่อ การมีงานทำเพื่อหารายได้จุนเจือครอบครัว หรืออยู่ในรูปแบบของการออมในรูปแบบต่างๆ ที่ทำให้บุคคลได้รับผลตอบแทนที่ดีเพื่อนำมาใช้จ่ายในครอบครัวอย่างไม่ขัดสน ดังนั้นการศึกษาเกี่ยวกับความสุขในชีวิตพบว่ามีหลายๆ ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น รายได้เฉลี่ยต่อเดือน จำนวนหนี้สิน และจำนวนเงินออม (Ayuwat, et al., 2019) Sukcharoensin (2021) กล่าวว่าความสุขเป็นจุดมุ่งหมายที่สำคัญของมนุษย์ ความสุขเป็นสภาวะทางด้านจิตใจที่เกี่ยวข้องกับการใช้เงิน และมีงานวิจัยหลายชิ้นที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างเงินและความสุข ซึ่งทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างการมีเงินกับความสุขเป็นตัวแปรที่น่าสนใจมากขึ้น เนื่องจากการวางแผนทางการเงินจะช่วยให้คุณจะสามารถตั้งเป้าหมายในชีวิตและออมเงินเพื่อไปถึงเป้าหมายที่ต้องการนั้น การออมจึงเป็นหนทางไปสู่การมีเงินเพื่อทำให้บุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายในชีวิต ซึ่งเป้าหมายเหล่านี้ คือ ความสุข ดังนั้นการออมเงินและความสุขจึงมีความเกี่ยวข้องกันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นการศึกษานี้ครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้นำความสุขในชีวิตมาใช้เป็นตัวแปรตามเพื่อหาความสัมพันธ์ร่วมกับตัวแปรอิสระเพื่อเป็นการยืนยันข้อค้นพบของวรรณกรรมในอดีต

## กรอบแนวคิดการวิจัย

ภาพที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตามของกรอบแนวคิดการวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งตัวแปรอิสระประกอบด้วย 2 ตัวแปร คือ พฤติกรรมกรออมและการวางแผนการออมจากงานวิจัยของ Wongchan (2012); Meeampol (2014); Changwatanakul (2016); Jamroon (2017) และ Chadjapoh, et al. (2020) และตัวแปรตาม คือ ความสุขในชีวิต



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ขอบเขตและวิธีการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ พนักงานที่ปฏิบัติงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนเดย์แอ๊ดเวนตีสทั่วประเทศไทย จำนวน 659 คน นำมาคำนวณโดยใช้สูตรของ Yamane (1973) กรณีทราบขนาดประชากร ณ ระดับความคลาดเคลื่อนเท่ากับร้อยละ 0.05 ทำให้ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิจัยในครั้งนี้เท่ากับ 270 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) ได้แก่ การสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified random sampling) และการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) ในการเลือกตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ จากการเก็บรวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องของแบบสอบถามพบว่าจำนวนแบบสอบถามที่ใช้ได้ทั้งหมดเท่ากับ 284 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น (Independent Variable) ประกอบด้วย 2 ตัวแปร คือ 1) พฤติกรรมการออม มี 2 ตัวแปรย่อย ได้แก่ แรงบันดาลใจในการออม และการตัดสินใจในการออม และ 2) การวางแผนการออม มี 4 ตัวแปรย่อย ได้แก่ การวางแผนด้านรายได้ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย การวางแผนด้านเงินออม และการวางแผนด้านภาระหนี้สิน

ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ ความสุขในชีวิตของพนักงานที่ปฏิบัติงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนเดย์แอ๊ดเวนตีส

เครื่องมือที่ใช้และการตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

เครื่องมือ คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยศึกษาวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วพัฒนาขึ้น ประกอบด้วย 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ รายรับต่อเดือน ระดับการศึกษา และสัญชาติ เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการออม พัฒนาและปรับปรุงมาจากงานวิจัยในอดีตของ Meeampol (2014) และ Changwatanakul (2016) ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับแรงบันดาลใจในการออม จำนวน 10 ข้อ และการตัดสินใจในการออม จำนวน 10 ข้อ โดยใช้มาตรวัดแบบ Likert scale มี 5 ระดับ คือ ระดับ 5 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด ระดับ 4 หมายถึง เห็นด้วยมาก ระดับ 3 หมายถึง ไม่แน่ใจ ระดับ 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และระดับ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการวางแผนการออม พัฒนาและปรับปรุงมาจากการศึกษาของ Chadjapoh, et al. (2020) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ แบ่งข้อคำถามออกเป็น 4 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ ได้แก่ การวางแผนด้านรายได้ 5 ข้อ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย 5 ข้อ การวางแผนด้านเงินออม 5 ข้อ และการวางแผนด้านภาระหนี้สิน 5 ข้อ ลักษณะของข้อคำถามใช้มาตรวัดแบบ Likert scale มี 5 ระดับ คือ ระดับ 5 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด ระดับ 4 หมายถึง เห็นด้วยมาก ระดับ 3 หมายถึง ไม่แน่ใจ ระดับ 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และระดับ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยน้อยที่สุด

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับความสุขในชีวิต ประกอบไปด้วยข้อคำถาม จำนวน 5 ข้อ พัฒนาจากงานวิจัยและค่านิยมของ Sukcharoensin (2021) ข้อคำถามเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า 5 ระดับ เป็นมาตรวัดแบบ Likert scale คือ ระดับ 5 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด ระดับ 4 หมายถึง เห็นด้วยมาก ระดับ 3 หมายถึง ไม่แน่ใจ ระดับ 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และระดับ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยน้อยที่สุด

การออกแบบข้อคำถามทั้งหมดได้นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ พบว่าไม่มีข้อคำถามใดมีค่าต่ำกว่า 0.67 และได้ นำแบบสอบถาม จำนวน 30 ชุด ไปทดลองเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา พบว่าค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha Coefficient ของแบบสอบถามจากผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่ามีค่าเท่ากับ 0.92 หลังจากนั้นนำแบบสอบถามเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 284 คน พบว่าแบบสอบถามทั้งชุดมีความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha Coefficient มีค่าเท่ากับ 0.94 โดย Hulin, et al. (2001) กล่าวว่า ค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับทั่วไปเท่ากับ 0.60 ถึง 0.70 ดังนั้นการวิจัยในครั้งนี้มีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha Coefficient มากกว่า 0.70 จึงสามารถนำไปวิเคราะห์ในขั้นตอนถัดไป

#### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่นำมาใช้

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเมื่อจำแนกตามลักษณะข้อมูลและวัตถุประสงค์ของการวิจัยมีดังนี้ การวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นเดย์แอ๊ดเวนตีสใช้สถิติค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ส่วนการวัดระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการออม การวางแผนการออม และความสุขในชีวิตใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) โดยกำหนดเกณฑ์การแปลผลระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการออม การวางแผนการออม และความสุขในชีวิตเป็นแบบอันตรภาคชั้น (Interval Scale) ด้วยการแบ่งระดับคะแนนความคิดเห็นดังนี้ 4.21 ถึง 5.00 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด 3.41 ถึง 4.20 หมายถึง เห็นด้วยมาก 2.61 ถึง 3.40 หมายถึง ไม่แน่ใจ 1.81 ถึง 2.60 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และ 1.00 ถึง 1.80 หมายถึง ไม่เห็นด้วยน้อยที่สุด (Vanichbuncha, 2002) ส่วนการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ใช้สถิติการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) และการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ (Multiple Regression analysis)

#### สรุปผลการวิจัย

##### 1. การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามในครั้งนี้ คือ พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นเดย์แอ๊ดเวนตีสส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 66.2 มีอายุ 41-50 ปี จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 29.3 มีสถานภาพสมรส จำนวน 174 คน คิดเป็นร้อยละ 61.3 ได้รับรายรับต่อเดือน 30,000 บาทขึ้นไป จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 41.1 มีระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 60.6 และมีเชื้อชาติไทย จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 66.2

## 2. การวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมการออม การวางแผนการออม และความสุขในชีวิต

(1) การวิเคราะห์พฤติกรรมการออม พบว่าพนักงานมีระดับความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการออมโดยรวมอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.95$ , S.D. = 0.48) เมื่อพิจารณาจากทั้ง 2 ด้าน พบว่า การตัดสินใจในการออมมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.98$ , S.D. = 0.58) เมื่อแยกเป็นรายด้านของการตัดสินใจในการออม พบว่าการตัดสินใจในการออมเพราะให้ความสนใจต่อการออมมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.38$ , S.D. = 0.69) และการตัดสินใจในการออมโดยกำหนดจำนวนเงินที่ใช้ในแต่ละวันมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.61$ , S.D. = 0.90) และแรงบันดาลใจในการออมมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.91$ , S.D. = 0.57) แต่จากการพิจารณาเป็นรายด้านของแรงบันดาลใจ พบว่าแรงบันดาลใจในการออมเพื่อเป็นเงินสำรองยามฉุกเฉินหรือยามเจ็บป่วย สูงสุดมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.54$ , S.D. = 0.68) และแรงบันดาลใจในการออมเพื่อไปลดหย่อนภาษีประจำปีมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.40$ , S.D. = 0.92)

(2) การวิเคราะห์การวางแผนการออม พบว่าพนักงานมีระดับความคิดเห็นต่อการวางแผนการออมโดยรวมอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.70$ , S.D. = 0.54) เมื่อพิจารณาจากทั้ง 4 ด้านพบว่า การวางแผนด้านการออมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.70$ , S.D. = 0.67) ถัดมา ได้แก่ การวางแผนด้านรายได้มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.67$ , S.D. = 0.67) และการวางแผนด้านค่าใช้จ่ายมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.60$ , S.D. = 0.62) ตามลำดับ

(3) การวิเคราะห์ความสุขในชีวิต พบว่าพนักงานมีระดับความคิดเห็นกับความสุขในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 4.12$ , S.D. = 0.63) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าการออมช่วยให้มีความสุขในการดำรงชีวิตทั้งในปัจจุบันและในอนาคตมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.44$ , S.D. = 0.66) และมีความรู้สึกที่ชีวิตที่เป็นอยู่ขณะนี้เกินไปตามความต้องการที่เคยฝันไว้มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ( $\bar{X} = 3.83$ , S.D. = 0.93) ตามลำดับ

## 3. การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายตัวแปร ค่า Collinearity (VIF) ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ( $r$ ) อยู่ระหว่าง 0.38-0.70 แสดงให้เห็นว่าทุกตัวแปรมีความสัมพันธ์เชิงบวกอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก (LaMorte, 2021) ส่วนค่า Collinearity (VIF) มีค่าอยู่ระหว่าง 1.35 – 2.80 ซึ่งต่ำกว่า 10.0 (Hair et al., 2009) แสดงให้เห็นว่าตัวแปรทุกตัวแปรไม่เกิดปัญหาความเป็นพหุสัมพันธ์หรือภาวะร่วมเส้นตรงพหุ ดังนั้นทุกตัวแปรเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์ถดถอย ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นต่อไป

ตารางที่ 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ค่า VIF ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

| ตัวแปร                  | 1      | 2      | 3      | 4      | 5      | 6      | 7    |
|-------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------|
| 1. แรงบันดาลใจในการออม  | 1.00   |        |        |        |        |        |      |
| 2. การตัดสินใจในการออม  | 0.41** | 1.00   |        |        |        |        |      |
| 3. การวางแผนรายได้      | 0.46** | 0.65** | 1.00   |        |        |        |      |
| 4. การวางแผนค่าใช้จ่าย  | 0.38** | 0.54** | 0.70** | 1.00   |        |        |      |
| 5. การวางแผนการออม      | 0.38** | 0.67** | 0.66** | 0.60** | 1.00   |        |      |
| 6. การวางแผนภาระหนี้สิน | 0.41** | 0.43** | 0.54** | 0.49** | 0.57** | 1.00   |      |
| 7. ความสุขในชีวิต       | 0.38** | 0.45** | 0.52** | 0.40** | 0.49** | 0.51** | 1.00 |
| VIF                     | 1.35   | 2.14   | 2.80   | 2.16   | 2.44   | 1.66   | -    |

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### 4. การวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ

จากตารางที่ 2 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการออมทั้ง 2 ด้าน คือ แรงบันดาลใจในการออมและการตัดสินใจในการออมกับความสุขในชีวิต โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ พบว่าพฤติกรรมการออมทั้ง 2 ด้าน คือ แรงบันดาลใจในการออม ( $\beta = 0.25$ , p-value = 0.00) และการตัดสินใจในการออม ( $\beta = 0.39$ , p-value = 0.00) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับ 0.01

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ ค่า  $R^2$  ค่า Adjust  $R^2$  และค่า F

| พฤติกรรมการออม                                   | B    | Std. Error | Beta | t    | Sig.   |
|--------------------------------------------------|------|------------|------|------|--------|
| ค่าคงที่                                         | 1.59 | 0.27       |      | 5.94 | 0.00   |
| แรงบันดาลใจในการออม                              | 0.25 | 0.06       | 0.23 | 4.03 | 0.00** |
| การตัดสินใจในการออม                              | 0.39 | 0.06       | 0.36 | 6.37 | 0.00** |
| $R^2 = 0.25$ , Adjust $R^2 = 0.24$ , $F = 46.57$ |      |            |      |      |        |

\*  $p \leq 0.05$ ; \*\*  $p \leq 0.01$

จากตารางที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการวางแผนการออมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การวางแผนด้านรายได้ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย การวางแผนด้านการออมและการวางแผนด้านภาระหนี้สินกับความสุขในชีวิต โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ พบว่าการวางแผนการออมทั้ง 4 ด้าน คือ การวางแผนด้านรายได้ ( $\beta = 0.27$ , p-value = 0.00) และการวางแผนด้านภาระหนี้สิน ( $\beta = 0.29$ , p-value = 0.00) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับ 0.01 และการวางแผนด้านการออม ( $\beta = 0.15$ , p-value = 0.02) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับ 0.05 ส่วนการวางแผนด้านค่าใช้จ่ายไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิต

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ ค่า  $R^2$  ค่า Adjust  $R^2$  และค่า F

| การวางแผนการออม                                  | B     | Std. Error | Beta  | t     | Sig.   |
|--------------------------------------------------|-------|------------|-------|-------|--------|
| ค่าคงที่                                         | 1.59  | 0.22       |       | 7.38  | 0.00   |
| การวางแผนด้านรายได้                              | 0.27  | 0.07       | 0.29  | 3.90  | 0.00** |
| การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย                          | -0.04 | 0.07       | -0.04 | -0.55 | 0.58   |
| การวางแผนด้านการออม                              | 0.15  | 0.07       | 0.16  | 2.33  | 0.02*  |
| การวางแผนด้านภาระหนี้สิน                         | 0.29  | 0.06       | 0.28  | 4.61  | 0.00** |
| $R^2 = 0.36$ , Adjust $R^2 = 0.35$ , $F = 39.09$ |       |            |       |       |        |

\*  $p \leq 0.05$ ; \*\*  $p \leq 0.01$

### 5. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออม ประกอบด้วย 2 ด้านหลักๆ ได้แก่ ด้านแรงบันดาลใจในการออม และการตัดสินใจในการออมมีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย ผลการศึกษาพบว่า

1. แรงบันดาลใจในการออมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับความเชื่อมั่นที่ 0.01

2. การตัดสินใจในการออมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับความเชื่อมั่นที่ 0.01

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อศึกษาการวางแผนการออม ประกอบด้วย 4 ด้านหลักๆ ได้แก่ การวางแผนด้านรายได้ การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย การวางแผนด้านการออม และการวางแผนด้านภาระหนี้สินมีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย การวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏผลดังนี้

1. การวางแผนด้านรายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับความเชื่อมั่นที่ 0.01

2. การวางแผนด้านการออมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับความเชื่อมั่นที่ 0.05

3. การวางแผนด้านภาระหนี้สินมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับความเชื่อมั่นที่ 0.01

4. การวางแผนด้านค่าใช้จ่ายไม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย

## อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการออมและการวางแผนการออมกับความสุขในชีวิตของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย สามารถนำมาอภิปรายผลการศึกษาด้วยการอ้างอิงจากทฤษฎีและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. พฤติกรรมการออม ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการออมตามตัวแปรย่อยที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ 2 ด้าน คือ แรงบันดาลใจในการออมและการตัดสินใจในการออม ดังนี้

### 1.1 แรงบันดาลใจในการออม

พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยมีแรงบันดาลใจในการออมเพราะเล็งเห็นถึงผลตอบแทนที่ได้รับจากการออม เพื่อใช้เป็นทุนสำหรับการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น พนักงานมีความต้องการที่จะออมเงินเพื่อสร้างครอบครัวในอนาคต นอกจากนี้ยังต้องการที่จะออมเงินเพื่อใช้เป็นทุนสำหรับการประกอบธุรกิจในอนาคต รวมไปถึงการออมเงินเพื่อใช้จ่ายในการซื้อสินค้าเพื่อใช้ในการชีวิตประจำวัน และการออมเงินเพื่อนำไปซื้อสินทรัพย์เก็บไว้ เช่น ที่ดิน หรือทองคำ นอกจากนี้ยังออมเงินเพื่อเป็นเงินสำรองใช้จ่ายยามฉุกเฉินหรือยามเจ็บป่วย การออมเงินยังสามารถเก็บไว้เป็นมรดกให้กับลูกหลาน หากมีการออมเงินยังสามารถใช้ในกิจกรรมต่างๆ เช่น การท่องเที่ยวกับครอบครัว หรือกิจกรรมนันทนาการ และผลพลอยได้จากการออมเงินในสินทรัพย์บางประเภทอาจสามารถนำมาลดหย่อนภาษีประจำปีได้อีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Sripanom (2016) พบว่าผู้ส่วนใหญ่มีแรงจูงใจในการออม คือ เพื่อเก็บออมไว้ใช้เผื่อยามฉุกเฉินจำเป็น เพื่อความมั่นคงของชีวิต เก็บไว้เป็นมรดกให้กับครอบครัว นอกจากนี้ยังกล่าวว่า การออมเงินเพื่อใช้เป็นแหล่งเงินทุนในอนาคตยามเกษียณ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Rungsrisumphan (2018) พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีแรงบันดาลใจในการออม คือ เพื่อซื้อทรัพย์สินต่างๆ เช่น บ้าน ที่ดิน รถยนต์ และมองว่าการออมเป็นการลดความเสี่ยงด้านการเงินเป็นอย่างดี อีกทั้งยังเป็นการสร้างความมั่นคงทางการเงินให้กับตนเองและครอบครัว นอกจากนี้เป็นการเตรียมความพร้อมทางการเงินก่อนวัยเกษียณอายุงาน

### 1.2 การตัดสินใจในการออม

พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยมีการตัดสินใจในการออมเงินเพื่อจัดสรรรายได้ก่อนใช้เพื่อเป็นเงินออมก่อนนำไปใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน การตัดสินใจเกี่ยวกับการออมยังช่วยให้มีการแบ่งรายได้ที่ได้รับเป็นสัดส่วนสำหรับการเก็บออม โดยมีการแบ่งรายได้เป็นเงินออมทุกๆ เดือนอย่างสม่ำเสมอ มีการกำหนดจำนวนเงินที่จะใช้จ่ายในแต่ละวัน ซึ่งจะเก็บออมเงินไว้เพื่อซื้อของจำเป็นที่ต้องการ มีการตั้งเป้าหมายของจำนวนเงินที่ต้องการจะออม มีการออมเงินสะสมไว้สำหรับค่าใช้จ่ายที่จำเป็นในอนาคต และเมื่อตัดสินใจที่จะออมเงินแล้วผู้ออมจะให้ความสนใจกับการออมมากขึ้น รวมถึงจะมีการแยกบัญชีสำหรับการออมและเงินเดือนอย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Morchad (2015) พบว่าการตัดสินใจในการออมของผู้ตอบแบบสอบถามเพื่อให้ได้รับผลตอบแทนอย่างสม่ำเสมอ ส่วนใหญ่ตัดสินใจออมเงินเพราะเป็นการสร้างความมั่นคงเพื่อเตรียมความพร้อมในกรณีฉุกเฉิน เช่น ค่ารักษาพยาบาล อุบัติเหตุต่างๆ ที่เกิดขึ้นโดยฉับพลัน มีการออมอย่างสม่ำเสมอ มีการวางแผนทางการเงินอย่างรอบคอบและเหมาะสมและมีการตั้งเป้าหมาย

การออมอย่างชัดเจน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Yinglert & Laosuthi (2022) ที่ระบุว่า การตัดสินใจออมเงินจะสามารถช่วยป้องกันปัญหาทางการเงิน ซึ่งจะต้องมีการออมเงินเพื่อสำรองไว้ใช้ยามฉุกเฉิน โดยจำนวนเงินที่ออมจะต้องพิจารณาจากการใช้ชีวิตที่มีความแตกต่างกันของแต่ละบุคคล ต้องมีการจัดสรรเงินออมอย่างสมดุลกับการใช้ชีวิตซึ่งจะทำให้ผู้ออมเกิดความปลอดภัยและความมั่นคงทางการเงิน อีกทั้งยังเป็นการสร้างผลตอบแทนจากการจัดสรรเงินออมเพื่อไปแสวงหารายได้ให้กับตนเองและครอบครัว ดังนั้นการตัดสินใจในการออมจึงเป็นพฤติกรรมทางการเงินที่สำคัญของพนักงานเพื่อให้ตนเองและครอบครัวมีความมั่นคงทางการเงินในอนาคต

ดังนั้นพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยควรมีพฤติกรรมการออมทั้งการสร้างแรงบันดาลใจในการออมและการตัดสินใจในการออมเพื่อใช้เป็นทุนสำหรับการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น พนักงานมีความต้องการที่จะออมเงินเพื่อสร้างครอบครัวในอนาคต นอกจากนี้ยังต้องการที่จะออมเงินเพื่อใช้เป็นทุนสำหรับการประกอบธุรกิจในอนาคต รวมไปถึงการออมเงินเพื่อใช้จ่ายในการซื้อสินค้าเพื่อใช้ในการชีวิตประจำวัน

## 2. การวางแผนการออม

### 2.1 การวางแผนด้านรายได้

พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยมีการวางแผนการออมด้านรายได้โดยมีการจัดสรรรายได้ที่เหมาะสมกับการใช้จ่าย มีการวางแผนในการหารายได้ให้พอเพียงต่อรายจ่ายที่มีและเหลือพอเพียงพอต่อการเก็บออม มีการหารายได้อื่นๆ นอกเหนือจากรายได้ประจำจากการทำงาน เพื่อเก็บไว้เป็นเงินออม มีการเตรียมความพร้อมในการวางแผนรายได้หลังเกษียณให้เพียงพอต่อความต้องการ และมีการวางแผนให้ตนเองสามารถสร้างรายได้เพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Chaikantha (2020) กล่าวว่า การวางแผนด้านรายได้ เป็นกระบวนการกำหนดกลยุทธ์ วางแผน และจัดสรรเงินออมที่มีอยู่เพื่อสร้างรายได้ด้วยการลงทุน เพื่อให้เงินออมที่มีอยู่งอกเงยและได้รับผลตอบแทนจากการลงทุนบรรลุตาม เป้าหมายที่เป็นรายได้ที่จะได้รับการลงทุนทางการเงินที่กำหนดไว้ โดยจะต้องคำนึงถึงเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของรายได้ที่จะได้รับการลงทุน ระดับความเสี่ยงที่ยอมรับได้ การกระจายความเสี่ยงของแหล่งที่มาของรายได้ รวมถึงการจัดสรรรายได้ที่มีอยู่ให้เพียงพอต่อการดำรงชีวิต นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Soonthornchai, et al. (2017) กล่าวว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความสำคัญกับการวางแผนรายได้-ค่าใช้จ่าย เพราะจะส่งผลต่อฐานะทางการเงินหรือความสามารถในการใช้จ่ายใช้สอยในชีวิตประจำวัน ซึ่งผู้ออมจะต้องคำนึงถึงการวางแผนรายได้ของตนเองมากขึ้นด้วยการศึกษาหรือค้นคว้าความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการจัดการรายได้ที่ได้รับด้วยการนำไปลงทุนในแหล่งต่างๆ เพื่อให้การวางแผนการออมด้านรายได้เกิดความเสถียรที่สุด

### 2.2 การวางแผนด้านค่าใช้จ่าย

พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยมีการวางแผนการออมด้านค่าใช้จ่ายโดยมีการจัดบันทึกรายรับ-รายจ่ายอย่างเหมาะสม มีการควบคุมรายจ่ายที่ไม่จำเป็นเพื่อให้มีเงินออมอย่างพอเพียง มีการวางแผนการใช้จ่ายเพื่อลงทุนในทรัพย์สินที่ก่อให้เกิดรายได้ มีแผนสำหรับค่าใช้จ่าย

ประจำ เช่น ค่าใช้จ่ายสำหรับสุขภาพ ค่าใช้จ่ายสำหรับการออมที่เหมาะสมกับรายได้ และมีการแยกรายการค่าใช้จ่ายและทำบันทึกเพื่อวางแผนให้มีเงินออมอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Sangwichitr, et al. (2018) ระบุว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีการคำนวณค่าใช้จ่ายก่อนซื้อสินค้าและทราบว่ามีการประหยัดและหนี้สินเท่าใด การตัดสินใจสินค้านั้นมักจะพิจารณาจากความจำเป็นมากกว่าเงื่อนไขของการจ่ายเงิน นอกจากนี้ยังทราบถึงวิธีการจัดการรายจ่ายและเงินออม มีการสร้างอาชีพเสริมเพื่อหารายได้เพิ่มเติม มีการทำบัญชีรายรับรายจ่ายอย่างสม่ำเสมอ และการลงทุนในหลักทรัพย์ต่างๆ เพื่อหาผลตอบแทนเป็นรายได้เสริม เนื่องจากผู้คนให้ความสำคัญมากขึ้นกับการจัดการรายได้และรายจ่ายเพราะส่งผลต่อการวางแผนทางการเงินที่สะท้อนถึงการออมของแต่ละบุคคล และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Sooyson & Jitnomrat (2020) กล่าวว่า การวางแผนการออมด้านรายได้จะทำให้เกิดความมั่นคง การมีเงินเก็บออมจะทำให้ผู้ออมมีเงินไว้ใช้จ่ายในกรณีฉุกเฉิน การวางแผนด้านค่าใช้จ่ายนั้นผู้ออมจะต้องไม่ใช้จ่ายตามใจตนเองโดยไม่คำนึงถึงเหตุผล มีการจัดทำงบประมาณการใช้จ่ายทุกเดือน มีการวางแผนใช้จ่ายตามเงินรายได้ที่มี และมีการใช้เงินหรือรายได้ที่ได้มาอย่างมีประสิทธิภาพ คำนึงถึงเหตุผลและความจำเป็นก่อนการใช้จ่ายเงินเสมอ

### 2.3 การวางแผนด้านเงินออม

พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยมีการวางแผนด้านเงินออมโดยมีการออมเงินจากรายได้เป็นประจำและสม่ำเสมอ มีการออมเงินอย่างรอบคอบและเหมาะสม มีการวางแผนการออมเงินและเพิ่มจำนวนเงินออมให้มากขึ้นตามความสามารถในการหารายได้ มีการออมเงินหลากหลายช่องทางอย่างเหมาะสมกับความเสี่ยงและผลตอบแทน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Sooyson & Jitnomrat (2020) ที่พบว่า การวางแผนด้านเงินออมนั้นผู้ออมจะต้องมีการแบ่งเงินเป็นส่วนๆ ตามเป้าหมายทางการเงิน เช่น เงินฝากประจำเพื่อการลงทุนและสำรองเลี้ยงชีพหรือการลงทุนในกองทุนต่างๆ เพื่อเพิ่มผลตอบแทนทางการเงินให้มากขึ้น การวางแผนด้านการออมที่ดีจะต้องช่วยสร้างฐานะความมั่นคงทางการเงิน ก่อให้เกิดรายได้ที่มั่นคง รู้วิธีการจัดการวางแผนใช้จ่ายโดยมีการจัดทำงบประมาณ ตลอดจนรู้จักใช้เงินอย่างชาญฉลาด หรือใช้เงินให้เป็นประโยชน์ในทุกๆ ด้าน และเลือกลงทุนในหลักทรัพย์หรือสถาบันการเงินที่เหมาะสมและคำนึงถึงความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นจากการออม ควรเลือกลงทุนในกองทุนรวม ตราสารหนี้ หรือหุ้น และควรแยกบัญชีเงินออมออกจากบัญชีที่ใช้จ่ายทั่วไป ไม่ควรนำเงินมาไว้ในบัญชีเดียวกันทั้งหมดเพราะจะทำให้ไม่สามารถควบคุมการใช้จ่ายได้ ซึ่งอาจทำให้การวางแผนด้านเงินออมไม่ประสบความสำเร็จ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Chaikantha (2020) ที่กล่าวว่า การวางแผนด้านเงินออมจะเกี่ยวข้องกับการจัดสรรรายได้และรายจ่ายในปัจจุบัน โดยมีการจัดสรรรายได้ส่วนหนึ่งเก็บสะสมไว้เพื่อใช้ในอนาคต โดยการวางแผนการออมให้มีประสิทธิภาพนั้น ผู้ออมจะต้องมีวินัยในการออม รวมทั้งมีการกำหนดเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ในการออม มีการกำกับติดตามผลการออมอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้สามารถระบุเครื่องมือหรือวิธีการออม ระยะเวลาในการออม จำนวนเงินแต่ละของการออม ซึ่งจะนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายทางการเงิน

#### 2.4 การวางแผนด้านภาระหนี้สิน

พนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยมีการวางแผนการออมด้านภาระหนี้สินโดยมีการวางแผนสร้างภาระหนี้สินอย่างสอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้สิน มีการกู้ยืมเงินเพื่อการลงทุนในทรัพย์สินที่ก่อให้เกิดรายได้จากการเช่า เช่น บ้าน คอนโดมิเนียม เป็นต้น มีความระมัดระวังในการที่จะไม่สร้างภาระหนี้สินที่เกินความจำเป็น มีการทำประกันเพื่อป้องกันความเสี่ยงที่เพียงพอสำหรับหนี้สินที่มี และมีการวางแผนชำระหนี้ให้หมดก่อนเกษียณ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย Yinglert & Laosuthi (2022) กล่าวว่า การวางแผนทางการเงินด้านภาระหนี้สินมีความสำคัญอย่างยิ่งเพื่อช่วยให้ผู้ออมสามารถรับมือกับสถานการณ์ฉุกเฉิน ด้วยการทบทวนสถานะทางการเงินของตนเองและปรับลดค่าใช้จ่ายให้เหลือน้อยที่สุดเท่าที่จำเป็น สร้างหนี้สินด้วยการขอสินเชื่อจากสถาบันการเงินโดยมีแผนการชำระคืนหนี้สินและสร้างเงินออมฉุกเฉินใหม่โดยเร็ว โดยเริ่มจากการกำหนดจำนวนเงินออมเป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งควรมีการสร้างแผนการออมแบบอัตโนมัติด้วยการวางแผนการออมก่อนใช้อย่างสม่ำเสมอ และสอดคล้องกับการศึกษาของ Vagtaisong & Punturaumporn (2015) ที่พบว่า การวางแผนด้านภาระหนี้สินส่งผลกระทบต่อการลงทุนเพื่อเพิ่มโอกาสจากการได้รับผลตอบแทนจากการออมด้วยการลงทุนในระยะยาว ซึ่งควรจะต้องให้ความสำคัญกับหนี้สินและต้องมีการจัดการภาระหนี้สินอย่างเหมาะสม

#### ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. พนักงานที่ปฏิบัติงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยควรเล็งเห็นความสำคัญของการออมเงิน โดยมุ่งสร้างแรงบันดาลใจให้กับตนเองที่จะเก็บออมมากขึ้นสำหรับอนาคต ด้วยการค้นหาคำความรู้และวิธีการออมเงินที่หลากหลาย เพื่อลดความเสี่ยงในการลงทุนสำหรับการออม นอกจากนี้พนักงานควรให้ความสำคัญกับวิธีการออมเงินที่มีความรอบคอบและเหมาะสม มีการออมเงินอย่างสม่ำเสมอและเพิ่มขึ้นตามรายได้ที่ได้รับ และตั้งเป้าหมายของการออมเงินอย่างชัดเจนเพื่อทำให้เกิดการวางแผนเกี่ยวกับรายได้การออม และภาระหนี้สินที่เหมาะสมและสอดคล้องกับการดำเนินชีวิต เพื่อพนักงานจะได้มีเงินออมที่เพียงพอหลังจากเกษียณและมีเงินใช้จ่ายในชีวิตประจำวันในอนาคตอย่างไม่ขัดสน
2. ผู้บริหารของหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเว่นธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสควรส่งเสริมและสนับสนุนให้พนักงานเกิดแรงบันดาลใจในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการออม เล็งเห็นความสำคัญของการออมว่าเป็นแหล่งที่มาของผลตอบแทนที่จะได้รับเพื่อนำไปใช้เป็นทุนสำหรับการศึกษาต่อในอนาคต การสร้างครอบครัวของพนักงาน เป็นทุนสำหรับการประกอบธุรกิจในอนาคต ใช้สำหรับการใช้จ่ายจ่ายใช้สอยซื้อสินค้าที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน รวมถึงการเก็บออมไว้ซื้อสินทรัพย์เพื่อการลงทุนสำหรับตนเองและครอบครัว มีเงินออมไว้ใช้จ่ายยามฉุกเฉินหรือเจ็บป่วย นำเงินออมไปลงทุนและนำมาลดหย่อนภาษี หรือใช้จ่ายสำหรับการท่องเที่ยวและเก็บไว้ให้เป็นมรดกแก่บุตรหลาน ซึ่งผู้บริหารจะต้องสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการออมเงินที่ให้ผลประโยชน์แก่พนักงาน โดยผ่านการฝึกอบรมหรือให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการออมเงินและแหล่งออมเงิน รวมถึงณรงค์ให้พนักงานเกิดการออมมากขึ้นและชี้ให้เห็นว่าการออมนั้นจะสร้างความมั่งคั่งและมั่นคงในอนาคต

3. หน่วยงานในมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสควรรณรงค์ให้พนักงานเห็นความสำคัญของการวางแผนด้านรายได้ ด้านการออม และด้านภาระหนี้สิน ด้วยการจัดสรรรายได้ที่เหมาะสมกับการใช้จ่าย มีการวางแผนรายได้ที่เหลือเพียงพอต่อการเก็บออม หรือหาแหล่งรายได้อื่นๆ นอกเหนือจากรายได้ประจำเพื่อเก็บไว้เป็นเงินออม มีการเตรียมความพร้อมสำหรับการวางแผนหารายได้หลังเกษียณให้เพียงพอ มีการจัดบันทึกรายรับรายจ่ายอย่างเหมาะสม และมีการออมเงินอย่างรอบคอบและมีความเสี่ยงต่ำ หน่วยงานในมูลนิธิฯ ควรจัดให้มีแหล่งเผยแพร่ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ หรือให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์ของการออม รวมถึงนำเสนอแหล่งออมเงินที่มีความเสี่ยงต่ำแก่พนักงาน เพื่อให้พนักงานใช้เป็นทางเลือกสำหรับการตัดสินใจออมเงินในอนาคต

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณซึ่งมีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม การวิจัยครั้งต่อไปจึงควรมีการวิจัยในเชิงคุณภาพ เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) หรือการสนทนากลุ่ม (Focus group) เพื่อให้ทราบผลลัพธ์ในมุมมองที่หลากหลายและมีความน่าเชื่อถือมากขึ้น
2. การวิจัยครั้งนี้ จัดเก็บข้อมูลจากพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย ซึ่งมีอายุที่แตกต่างกันหลากหลายวัย ดังนั้นการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการระบุกลุ่มพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทยอย่างชัดเจน เช่น กลุ่มพนักงานวัยทำงาน เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรม การออม และการวางแผนการออมที่เป็นปัจจุบันและทราบถึงพฤติกรรม การออมที่ถูกต้องแม่นยำมากขึ้น
3. การวิจัยครั้งนี้พบว่า การวางแผนการออมของพนักงานในหน่วยงานมูลนิธิคริสตจักรเซเวนธ์เดย์แอ๊ดเวนตีสในประเทศไทย ด้านการวางแผนด้านค่าใช้จ่ายไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิต ซึ่งอาจแตกต่างหรือไม่สอดคล้องกับผลงานวิจัยหรือผลการศึกษาในอดีต ดังนั้นควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการวางแผนค่าใช้จ่ายและความสุขในชีวิตอีกครั้ง ด้วยการเก็บข้อมูลจากพนักงานในหน่วยงานอื่นๆ เพื่อนำผลที่ได้มายืนยันข้อค้นพบของตัวแปรดังกล่าวอีกครั้ง
4. การวิจัยครั้งนี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) และการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ (Multiple Regression analysis) ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ดังนั้นการวิจัยครั้งต่อไปควรนำสถิติขั้นสูง เช่น การวิเคราะห์สมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM) มาใช้เพื่อการวิเคราะห์ที่มีความถูกต้อง แม่นยำและน่าเชื่อถือ
5. การศึกษาครั้งนี้ได้นำตัวแปรอิสระเพียง 2 ตัวแปรเท่านั้น คือ พฤติกรรมการออม และการวางแผนการออม การวิจัยครั้งต่อไปควรพิจารณนำตัวแปรอื่นๆ ที่อาจมีความสัมพันธ์กับความสุขในการใช้ชีวิต เช่น ความเสี่ยง แรงจูงใจ รูปแบบการออม เป็นต้น

## References

- Ayuwat, D., Hongngam, J., Saranritthichai, K., Chamnanmak, R., Narongchai, W. & Uraimpai, N. (2019). Happiness in the life of the elderly at Northeast. **Journal of Language, Religion and Culture**, 8(1), 136-155. [In Thai]
- Butbumrung, C. (2012). **The Income and Pattern of Saving for Readiness toward Old-age of People Age between 30-40 years in Dusit District Bangkok**. Research Report. Bangkok : Suan Sunandha Rajabhat University. [In Thai]
- Chadjapoh, T., Pimsalee, T., Somasri, P. & Suthipong, A. (2020). **Factors related to savings habits of accounting students faculty of management science, Udon Thani Rajabhat University**. Udon Thani : Udon Thani Rajabhat University. [In Thai]
- Chaikantha, S. (2020). **Financial Planning of Working People in Bangkok**. [Online]. Available : <https://mmm.ru.ac.th/MMM/IS/twin-9/6214154086.pdf> [2022, December 12]. [In Thai]
- Chaisiri, N., Noknoi, C. & Suwanvijit, W. (2019). Factors Affecting Saving Behavior of the People in Songkhla Province. **Narkbhutparitat Journal Nakhon Si Thammarat Rajabhat University**, 11(3), 129-136. [In Thai]
- Changwattanakun, S. (2016). **Influence Factors to Saving Behavior of the Satun People**. Minor Thesis in Master of Business Administration, Prince of Songkla University. [In Thai]
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J. & Anderson, R.E. (2009). **Multivariate data analysis**. Upper Saddle River, New Jersey : Prentice Hall.
- Hulin, C., Netemeyer, R. & Cudeck, R. (2001). Can a Reliability Coefficient Be Too High. **Journal of Consumer Psychology**, 10, 55-58.
- Jamroon, M. (2017). **Factors Affecting Saving Decision in National Saving Fund of Informal Employees in Bangkok**. Thesis in Master of Business Administration. Rajamangala University of Technology Thanyaburi. [In Thai]
- Karunapen, S. (2017). **Factors affecting saving level and saving behavior of Gen Y**. Independent Study, Master of Business Administration, Faculty of Commerce and Accountancy, Thammasat University. [In Thai]
- Kladkerd, S. (2008). **Factors affecting consumer saving behavior for future expenditure of the people in Bangkok**. Master of Business Administration, Suan Sunandha Rajabhat University. [In Thai]

- LaMorte, W.W. (2021). **PH717 Module 9-Correlation and Regression Evaluating Association Between Two Continuous Variables**. [Online]. Available :  
[https://sphweb.bumc.bu.edu/otlt/MPH-Modules/PH717-QuantCore/PH717-Module9-Correlation-Regression/PH717-Module9-Correlation-Regression\\_print.html](https://sphweb.bumc.bu.edu/otlt/MPH-Modules/PH717-QuantCore/PH717-Module9-Correlation-Regression/PH717-Module9-Correlation-Regression_print.html) [2023, May 31].
- Meeampol, T. (2014). **The effect of financial literacy and saving behavior on retirement planning: a case study of working-age people in Bangkok**. Faculty of Commerce and Accountancy, Thammasat University. [In Thai]
- Morchad, K. (2015). **Attitude towards saving money that affects the savings decision of MBA Student Ramkhamhaeng University**. Thesis in Master of Business Administration. Ramkhamhaeng University. [In Thai]
- Pimonratanakan, S., Jituea, N. & Chantuk, T. (2017). Motivation factors for money saving environment saving and attitude saving which affect collect of logistics and supply chain Suansunandha Rajabhat University students saving behavior. **Srinakharinwirot Business Journal**, 8(2), 26-41. [In Thai]
- Rungsrirumphan, P. (2018). The relationship between the behavior and attitude of the savings bank customers Big C Bangpakok, Bangkok. **SSRU Journal of Public Administration**, 1(2), 48-56. [In Thai]
- Sangwichitr, K., Saengkassanee, T., Jirathumrong, P., Intara, P., Sangsuwan, S. & Cheejaroen, P. (2018). A Comparison of Knowledge and Behaviors of Prince of Songkla University Students in Personal Financial Planning Before and After Attending a Personal Finance Course. **Hatyai Academic Journal**, 17(2), 127-141. [In Thai]
- Sereetrakul, W. (2014). Factors Predicting Saving Behavior of Students in Bangkok Metropolitan Area. **Suthiparithat**, 28(85), 300-315. [In Thai]
- Soonthornchai, P., Apichotethanakul, R. & Nikornpittaya, K. (2017). **Factors Influencing Personal Financial Planning Based on the Sufficiency Economy Principle of the People in Mueang District, Maha Sarakham Province**. [Online]. Available :  
<http://research.rmu.ac.th/rdi-mis//upload/fullreport/1615218723.pdf> [2022, December 12]. [In Thai]

- Sooyson, B. & Jitnomrat, T. (2020). **A Study of the Effects of Personal Finance Planning on Personal Financial Efficiency: A Study of Commercial Bank Customers in Bangkok.** [Online]. Available : <https://grad.dpu.ac.th/upload/content/files/year8-1/8017.pdf> [2022, December 14]. [In Thai]
- Sripanom, S. (2016). **Factors Affecting Saving Behavior of the Members of Chanthaburi Teacher Saving & Credit Cooperative/Saving Behavior.** Thesis in Master of Business Administration. Burapha University. [In Thai]
- Sujsen, A., Thadthiam, N., Chiraratanachot, K. & Chomchit, K. (2018). Study the image of tourist attractions in Nakhon Si Thammarat Province, according to the opinions of foreign tourists. **Pathumthani University Academic Journal**, 10(2), 234-246. [In Thai]
- Sukcharoensin, S. (2021). **Money, Happiness and Saving.** [Online]. Available : <https://www.posttoday.com/finance-stock/columnist/649142> [2022, December 14]. [In Thai]
- Supakitvanitchkul, A. (2015). **Savings Behavior and Financial Management Before the Retirement Case Study of The Staffs in Silpakorn University, Sanamchan Campus, Nakhon Pathom.** Thesis in Master of Business Administration, Graduate School, Silpakorn University. [In Thai]
- Supakitvanitchkul, A. & Phasunon, P. (2016). A Comparison of savings behavior and the financial management before the retirement. Case study of the staffs in Silpakorn University, Sanamchan campus. **Veridian E-Journal**, 9(2), 375-389. [In Thai]
- Vanichbuncha, K. (2002). **Statistical Analysis: Statistics for Administration and Research.** (6 th ed.). Bangkok : Thammasarn Company. [In Thai]
- Wikipedia. (2023). Seventh-day Adventist Church. [Online]. Available : [https://en.wikipedia.org/wiki/Seventh-day\\_Adventist\\_Church](https://en.wikipedia.org/wiki/Seventh-day_Adventist_Church) [2023, May 31]
- Wongchan, R. (2012). **Personal Financial Management.** Bangkok : The Stock Exchange of Thailand. [In Thai]
- Yamane, T. (1973). **Research Methodology/Sample Size.** Florida : University of Florida.
- Yinglert, P. & Laosuthi, T. (2022). Factors Affecting Behavior of Saving and Debt Creation of Working Age before and after the Outbreak of the COVID-19 Virus. **Journal of Modern Learning Development**, 7(8), 175-195. [In Thai]