

**การเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงาน
โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี**

The Preparation toward the Retirement of the private-run
Staffs in the Nonthaburi Province

จันทร์จิรา วิบูลย์เชื้อ

Chanjira Vibluetcher

นักศึกษา โครงการบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต เพื่อความเป็นเลิศ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัย

รามคำแหง

Student, MBA for Excellent Program, Faculty of Business, Ramkhamhaeng University

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ เรื่อง การเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1.) เพื่อศึกษาค่าระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี 2.) เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3.) เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามลักษณะงาน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นพนักงานโรงพยาบาลเอกชน จำนวน 120 คน โดยผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือการวิจัย สถิติที่ใช้เป็นค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบ t-test และ F-test ผลการวิจัย พบว่า

1. พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี มีค่าระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี อยู่ในระดับ มากที่สุด ทั้งภาพรวม (4.68) และตามปัจจัยด้านการเงิน ด้านด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง เรียงตามลำดับ

2. เพศของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนที่ต่างกัน มีปัจจัยในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 ตามปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

3. อายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนที่ต่างกัน มีปัจจัยในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ตามปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

4. สถานภาพของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนที่ต่างกัน มีปัจจัยในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 ตามปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

5. ระดับการศึกษาของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนที่ต่างกัน มีปัจจัยในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 ตามปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

6. รายได้ต่อเดือนของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนที่ต่างกัน มีปัจจัยในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 ตามปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

7. ลักษณะงานของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนที่ต่างกัน มีปัจจัยในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 ตามปัจจัยด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

Abstract

According to the study under the title " The Preparation toward the Retirement of the private-run Staffs in the Nonthaburi Province.

The Main objective of the study could be divided into three main objectives as followed below.

1. To advance the study and gauge the average point of the statistic how the retiree prepare to life after their Retirement in the private-run Nonthaburi province.

2. To advance the study how the retiree process to life after their life-long working of the staffs of the private-run hospital in Nonthaburi province catagorized by individual factors.

3. To advance the study how the retiree process to life after their life-long working of the staffs of the private-run hospital in Nonthaburi province categorized by various Burdens of works.

The Probation Group consist of 120 retiree who participate in this Program. Various methods are being used as an experiment tools to gauge their opinions including comparison between t-test and F-test

1. The average point of preparation toward the retirement is, however remain at the highest point(4.68) on the whole scale which consists of various factors such as, mental factor, health factor, financial factor and free-time factor respectively.
2. The difference of Gender also has a critical impact on the preparation toward retirement including the mental factor, health factor, financial factor, living factor and free-time activity factor.
3. The difference of Age also plays a vital Role on the preparation toward retirement including the mental factor, health factor, financial factor, living factor and free-time activity factor.
4. The status of each Staffs also plays a vital Role on the preparation toward retirement including the mental factor, health factor, financial factor, living factor and free-time activity factor.
5. The educational Level of each Staffs also plays a vital Role on the preparation toward retirement including the mental factor, health factor, financial factor, living factor and free-time activity factor.
6. The Difference of monthly income of each Staffs also plays a vital Role on the preparation toward retirement including the mental factor, health factor, financial factor, living factor and free-time activity factor.
7. The Various Work Burdens among the private-run hospitals plays a vital Role on toward the Preparation of retirement among the retiree including the mental factor,health factor, financial factor, living factor and free-time activity factor

บทนำ

ปัจจุบันการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างที่สำคัญที่สุดในศตวรรษคือการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุ (Aging Society) หลายประเทศทั่วโลกกำลังเผชิญกับการเติบโตอย่างรวดเร็วของจำนวนผู้สูงอายุ โดยเกิดจากหลากหลายปัจจัย เช่น อัตราการเกิดของประชากรทั่วโลกลดลง (Fertility Rate) ประชากรที่มีอยู่อายุยืนขึ้นอันสืบเนื่องมาจากการรักษาพยาบาลมีประสิทธิภาพมากขึ้น และประชากรที่เกิดขึ้นในยุค Baby Boomers ได้เข้าสู่วัยผู้สูงอายุ จากข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (WHO) ได้มีการคาดการณ์ว่าจำนวนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จะมีจำนวนที่เพิ่มขึ้นอย่างน้อยร้อยละ 3 ต่อปี โดยใน

ปี พ.ศ. 2573 คาดการณ์ว่าจะมีประชากรสูงอายุมากถึง 1.4 พันล้านคน และในปี พ.ศ. 2593 จะเพิ่มขึ้นถึง 2 พันล้านคน

สาเหตุที่ศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ เนื่องจากมีผู้สูงอายุจำนวนหนึ่งที่กำลังจะเกษียณอายุงานของโรงพยาบาลฯ สิ่งที่มีผลตามหลังการเกษียณอายุคือปัญหาในด้านต่าง ๆ อาทิ ด้านสุขภาพที่ไม่แข็งแรง มีเงินไม่เพียงพอต่อรายจ่าย การถูกทอดทิ้งให้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ซึ่งอาจเป็นปัญหาของครอบครัว หรือเป็นปัญหาสังคม อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ของชีวิต จากคนที่เคยทำงานประจำต้องเปลี่ยนสภาพมาเป็นการว่างงาน อาจทำให้เกิดความเบื่อหน่าย รู้สึกไร้คุณค่า ไร้มีความหมาย ก่อให้เกิดความเครียด ทางโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ที่มีจำนวนพนักงานทั้งหมดรวม 463 คน แบ่งเป็นผู้ชาย 129 คน ผู้หญิง 334 คน และมีจำนวนผู้ที่กำลังจะเกษียณอายุในปี พ.ศ. 2564 จำนวน 142 คน แบ่งเป็นผู้ชาย 87 คน ผู้หญิง 55 คน ดังนั้นทางโรงพยาบาลฯ จึงควรมีการจัดการอบรม หรือวางสวัสดิการเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมแก่บุคลากรเพื่อลดปัญหาในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ และด้านการเงิน ดังคำที่ว่า “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” โดยจิตที่ดีจะนำพาให้มีพลังขับเคลื่อนในการทำสิ่งต่าง ๆ

ความสำคัญดังกล่าวผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ที่มีความสำคัญและควรดำเนินการให้สำเร็จก่อนวัยเกษียณอายุการทำงาน เนื่องจากการเตรียมความพร้อมต้องใช้เวลานาน และดำเนินการอย่างต่อเนื่อง หากมีการเตรียมความพร้อมเร็วมากเท่าไรก็ทำให้คุ้นชิน และปรับตัวเกี่ยวกับการเกษียณอายุมากขึ้น ซึ่งการศึกษาระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุในครั้งนี้ สามารถขยายผลไปยังภาครัฐ หรือภาคเอกชนได้อีกด้วย อีกทั้งยังเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้ที่ต้องการวางแผนเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุได้ตรงตามเป้าหมายของกลุ่มเป้าหมายอื่น ๆ ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

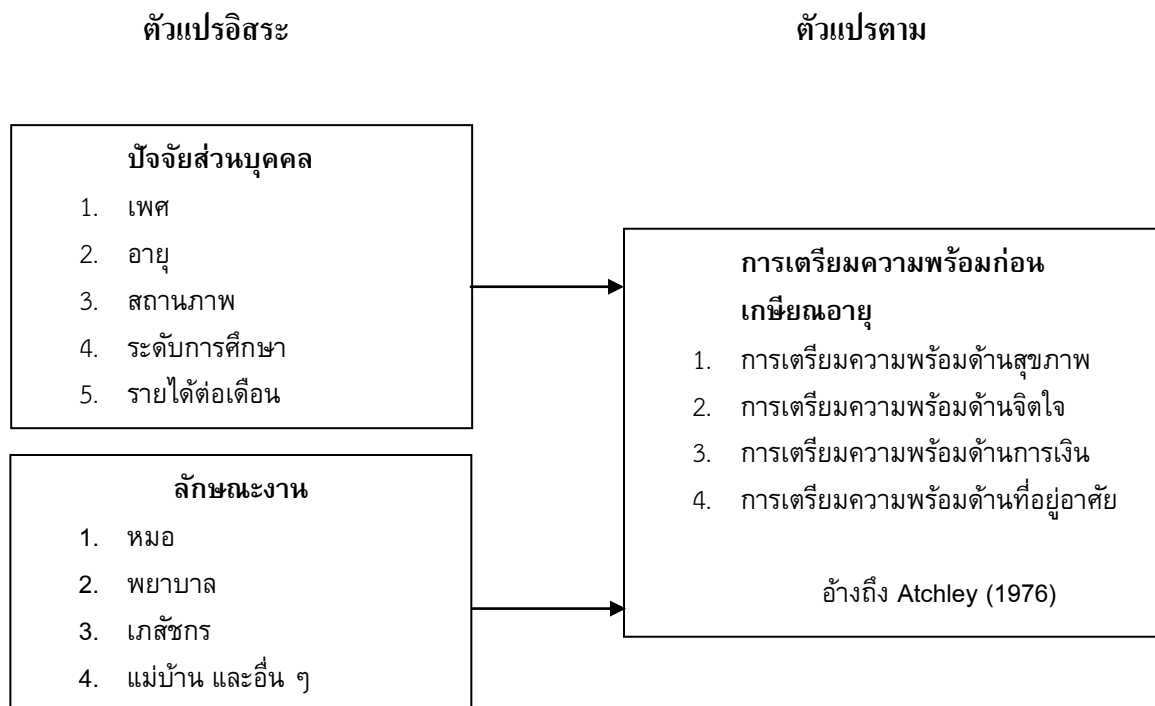
1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี จำแนกตามลักษณะงาน

สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานที่ 1 พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแต่ละปัจจัยต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุต่างกัน

สมมติฐานที่ 2 พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรีที่มีลักษณะงานต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุต่างกัน

กรอบแนวคิดการวิจัย



ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลการวิจัยครั้งนี้ สามารถนำไปเป็นข้อมูลให้กับโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ได้ดังนี้

1. เพื่อให้ทราบถึงลักษณะการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี
2. ทราบถึงปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี

2. ทราบถึงปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงาน
โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี

3. เพื่อเป็นข้อมูลให้กับโรงพยาบาลต่าง ๆ นำไปวางแผนด้านสวัสดิการ เงินเดือน สุขภาพ และด้านอื่น ๆ เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม โดยอาจจัดเป็นนิทรรศการ หรือการอบรมเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมให้พนักงาน
4. สามารถนำข้อมูลที่ได้จากงานวิจัยไปปรับปรุงและวางแผนคุณภาพชีวิตของพนักงานก่อนวัยเกษียณอายุของโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ให้เกิดประสิทธิภาพ และประสิทธิผลมากที่สุด

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ระยะของการเกษียณอายุ

เกษียณอายุ Atchley (1976 : 63 – 68) ได้กล่าวไว้ว่า การเกษียณอายุเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงในระยะต่างๆ 7 ระยะ ได้แก่

1. ระยะก่อนการเกษียณอายุ (Remote Phase) เป็นระยะที่บุคคลเริ่มคิดถึงเรื่องการเกษียณอายุของตนเองใกล้เข้ามา แต่ยังไม่เกิดการยอมรับ และพยายามไม่คำนึงถึง สามารถแบ่งเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1.1.1 ด้านการเงิน ยังเตรียมตั้งแต่อายุน้อย ยังได้เปรียบในการสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายหลังเกษียณอายุ

1.1.2 ด้านการดูแลสุขภาพ ยังดูแลสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจให้แข็งแรงเท่าไร เมื่อยามอายุมากจะมีปัญหาด้านสุขภาพน้อยลง เนื่องจากได้ดูแลร่างกายและจิตใจเป็นอย่างดีตั้งแต่วัยหนุ่มสาว

1.1.3 ด้านการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์ ความรู้ หรือผองเพื่อน

2. ระยะใกล้เกษียณ (Near Phase) เป็นระยะที่บุคคลเริ่มรู้ตัวว่าการเกษียณอายุใกล้เข้ามา ในช่วงนี้จะคำนึงถึงการฟื้นฟูสภาพการทำงาน และวาดฝันว่าหลังจากเกษียณอายุไปจะทำอะไรบ้าง

2.1 ด้านจิตใจ เป็นสิ่งสำคัญที่สุด เนื่องจากต้องยอมรับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ให้ได้ มองโลกในแง่ดี เมื่อเจอปัญหา หรือการเปลี่ยนแปลงเราจะสามารถรับมือและยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงได้อย่างสงบ

2.2 ด้านการปรับทัศนคติต่อการเกษียณอายุ เพื่อไม่ให้วิตกกังวล และเครียดมากเกินไป

3. ระยะปรับตัว (Honeymoon Phase) เป็นระยะหลังเกษียณใหม่ๆ เป็นช่วงที่มีความสุขที่ได้พักผ่อนจากการทำงาน รู้สึกหลุดพ้นจากภาระหน้าที่ของงานประจำ และมีโอกาสที่ได้ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อน ช่วงนี้จะมีเวลาว่างแบบเป็นอิสระ โดยช่วงเวลาดังกล่าวของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไปในแต่ละบุคคล เช่น บางคนมีช่วงคึกคักน้ำผึ้งประจันต์ อยู่ในเวลา 1 – 5 ปี ซึ่งบางคนอาจจะน้อยกว่า 1 ปี ก็ได้ แต่ผู้สูงอายุบางคนอาจไม่เคยมีช่วงเวลานี้เลย เนื่องจากผู้ที่มีความสุขในช่วงระยะนี้นั้น จะต้อง

เป็นบุคคลที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ดี นี่ก็อาจจะทำอะไรก็สามารถทำได้ตามที่สนใจ โดยช่วงนี้ ผู้สูงอายุหลายคนไม่มีโอกาส ดังนั้นจึงเริ่มเข้าสู่ระยะที่ 4 ของการเกษียณอายุทันที

4. ระยะขมขื่นใจ (Disenchantment Phase) เป็นระยะที่ความเครียดก่อตัวสะสม มีความไม่สบายใจจากหลากหลายสาเหตุ เช่น รายได้ไม่เพียงพอ ไม่มีอาชีพประจำ ต้องปรับตัวเข้าสู่สังคมใหม่ๆ บทบาทที่เคยโดดเด่นในที่ทำงานที่เคยมีก็เสื่อมสลายไป เป็นต้น ระยะนี้เป็นระยะที่มีผลกระทบทางจิตใจ มีความซึมเศร้า เครียด โกรธง่าย ไม่พอใจในสภาพทั่วไป โดยยังบุคคลใดมีการคาดฝันไว้มากเท่าใด ก็จะรู้สึกเศร้ามากเท่านั้น

5. ระยะปรับตัวใหม่ (Reorientation Phase) เป็นระยะการปรับตัวหลังการเกษียณอายุอีกครั้ง หลังผ่านประสบการณ์ต่างๆ ที่ทำให้ได้รับรู้ และเข้าใจการดำเนินชีวิตมากขึ้น จากการศึกษาพบว่า การรวมกลุ่มของเพื่อน การรวมกลุ่มแบบสมาคม ชมรม หรือการรวมเป็นกลุ่มอาสาสมัคร สำหรับผู้ที่เกษียณอายุแล้วนั้น มีส่วนช่วยได้มากในการที่จะทำให้ปรับตัวยอมรับสภาพการเกษียณอายุได้อีกครั้ง

6. ระยะคงสมดุล (Stabilization Phase) เป็นระยะที่จัดการตัวเองได้ดี โดยไม่ต้องพึ่งพาใคร ทุกสิ่งทุกอย่างลงตัว ราบรื่น บางคนอาจเข้าถึงระยะนี้ ในขณะที่บางคนอาจมาไม่ถึง

7. ระยะสิ้นสุด (Termination Phase) เป็นระยะสุดท้ายของการเกษียณอายุ บางรายอาจกลับไปมีส่วนร่วมในสังคมใหม่อีกครั้ง หากพบว่ากิจกรรมที่ทำนั้นเป็นสิ่งที่ตนเองปรารถนา และชื่นชอบ แต่โดยส่วนมากแล้วระยะสิ้นสุดของการเกษียณอายุ อันเนื่องมาจากการทรุดโทรมของร่างกาย การเจ็บป่วยทางร่างกาย และไม่สามารถดูแลช่วยเหลือตัวเองได้อีกต่อไป รวมถึงสภาวะสุดท้ายของการมีชีวิต

การเตรียมตัวเกษียณอายุ

Leedy and Wynbarand (1987 หน้า 131-137) ได้กล่าวไว้ว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุสามารถเตรียมได้ 4 ด้าน ได้แก่

1. ด้านร่างกาย และจิตใจ ควรมีการดูแลสุขภาพร่างกายให้สมบูรณ์ แข็งแรงอย่างสม่ำเสมอ ฝึกจิตใจให้สงบ มีสติ และรู้ถึงการกระทำของตนเอง เพื่อให้ชีวิตมีความสุข
2. ด้านการเงิน ควรมีการเตรียมตัว และดำเนินการเตรียมเงินไว้ใช้ภายหลังเกษียณอายุ เพื่อไม่ให้เป็นการกะของครอบครัว
3. ด้านที่อยู่อาศัย ควรมีการเตรียมตัวเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยตั้งแต่นั้น ๆ เพื่อป้องกันการเกิดปัญหาต่าง ๆ หลังเกษียณอายุ
4. การเข้าร่วมกิจกรรม การมองหากิจกรรม หรือสิ่งที่อยากทำ แต่ไม่เคยมีโอกาสดำเนินการ เพื่อใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุให้เกิดประโยชน์สูงสุด

การวางแผนก่อนเกษียณอายุ

การวางแผนก่อนเกษียณอายุ บางท่านอาจมองว่าเป็นเรื่องไกลตัว มีเวลาอีกนานกว่าจะเกษียณอายุ หรืออีกจำนวนหนึ่งมีความคิดว่า จะทำงานต่อไปเรื่อยๆ จนกว่าจะไม่มีแรงทำงานแล้วค่อยหยุดทำงาน โดยสิ่งที่คิดกับความเป็นจริงอาจแตกต่างกัน เราต้องคำนึงว่ายิ่งเราอายุมากขึ้นร่างกายของเราก็เสื่อมสภาพลงไปทุกวัน ไม่ได้แข็งแรงเหมือนปกติ ยิ่งอายุมากขึ้นก็ยิ่งมีความเสี่ยงต่อโรคร้ายต่างๆ ดังนั้นการวางแผนก่อนเกษียณอายุจึงมีความจำเป็นอย่างมาก สามารถสรุปวิธีการวางแผนเกษียณอายุที่ใช้จริงได้ 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นสำรวจตัวเอง ในขั้นนี้จะพิจารณาถึงรายได้ในปัจจุบัน ว่ามีความมั่นคงมากน้อยเพียงใด อาชีพที่ทำ แหล่งรายได้ที่มี สามารถทำงานได้จนไปถึงอนาคตได้หรือไม่ เนื่องด้วยยุคนี้มีการพัฒนาเทคโนโลยีต่างๆ เข้ามามีบทบาทอย่างมาก ทำให้หลายธุรกิจได้รับผลกระทบ เช่น ธุรกิจธนาคาร ที่สามารถใช้งานผ่านทางแอปพลิเคชันบนโทรศัพท์มือถือ ซึ่งสะดวก รวดเร็ว จึงทำให้ธนาคารปรับลดสาขา และพนักงาน

2. ขั้นสำรวจแหล่งเงินได้หลังเกษียณอายุ จากข้อแรก ที่ได้สำรวจแหล่งเงินได้ในปัจจุบัน ต่อมาเป็นการสำรวจแหล่งเงินได้หลังเกษียณอายุที่เราสามารถคาดเดาได้ว่าจะมีรายได้มาจากแหล่งใดได้บ้าง เช่น กองทุนบำนาญบำนาญ (กบข.), กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ, กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ, รายได้จากแหล่งเงินได้ที่ลงทุน โดยคาดการณ์ว่าแต่ละเดือนเราจะมีเงินได้รวมแล้วเป็นจำนวนเท่าไร

3. ขั้นวางแผนค่าใช้จ่ายหลังเกษียณอายุ เป็นการคำนวณว่าหลังเกษียณอายุเราจะมีค่าใช้จ่ายเท่าใด เช่น ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ค่ารักษาพยาบาล ค่ากิจกรรมต่างๆ เป็นต้น เพื่อให้เราสามารถคำนวณจำนวนเงินที่เราจะเก็บออมในช่วงการทำงานปัจจุบัน โดยอาจจะลงทุนเกี่ยวกับอสังหาริมทรัพย์ การเล่นหุ้น การลงทุนกองทุนต่างๆ โดยขั้นนี้ต้องมีวินัยการออมอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เป้าหมายของเราสำเร็จ

4. ขั้นทำตามแผน ในขั้นนี้เรารู้เป้าหมายในการออมเพื่อใช้จ่ายหลังเกษียณอายุแล้ว เราก็ต้องทำตามแผนที่วางไว้ โดยการออมของแต่ละบุคคลก็แตกต่างกันออกไป

5. ขั้นติดตาม ทบทวน ประเมินผล เมื่อเราทำการออมแล้ว ขั้นนี้จะเป็นการติดตาม และประเมินผล โดยอาจทำทุก 6 เดือน หรือ 1 ปี เพื่อให้ทราบถึงผลที่เราได้ตั้งเป้าหมายไว้ ถ้าผลที่ได้ไม่เป็นไปตามอย่างที่คาดหวัง อาจมีการปรับเปลี่ยนแผนที่วางไว้

ระเบียบวิธีวิจัย

ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป มีจำนวน 142 คน โดยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) กำหนดขนาดกลุ่มพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ให้ประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ค่าความคลาดเคลื่อนไม่เกินร้อยละ 5 หรือที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 คำนวณจากสูตร Taro Yamane (1967) ค่าความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 104 คน และเพื่อลดความคลาดเคลื่อนจึงทำการเก็บแบบสอบถามจำนวน 120 ชุด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ลักษณะของเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม โดยแบบสอบถามที่สร้างขึ้นมานี้ได้ทำการศึกษาจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ เป็นการรวบรวมข้อมูลจากพนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล และลักษณะงาน จะวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) และการแจกแจงความถี่ (Frequency)

4.2 การวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ได้แก่ การวิเคราะห์ความแปรปรวน (One-Way Anova) และการทดสอบค่าสถิติ (T-Test) ด้วยการหาค่า Sig. หากค่า Sig. เท่ากับ -000 ซึ่งน้อยกว่า 0.05 แสดงว่า ปฏิเสธสมมติฐานหลัก H_0 และยอมรับสมมติฐานรอง H_1 แปลว่ายอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ผลการวิเคราะห์มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ผลการวิจัย

การเตรียมความพร้อม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	แปล ความหมาย
สุขภาพ	120	4.70	0.266	มากที่สุด
จิตใจ	120	4.65	0.385	มากที่สุด
การเงิน	120	4.80	0.248	มากที่สุด
ที่อยู่อาศัย	120	4.65	0.288	มากที่สุด
การใช้เวลาว่าง	120	4.60	0.354	มากที่สุด
การเตรียมความพร้อมรวม	120	4.68	0.218	มากที่สุด

จากตาราง เมื่อศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง พบว่า โดยรวมแล้วการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงานโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี โดยรวมมีค่าเฉลี่ย 4.68 ซึ่งจัดได้ว่ามีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี แต่ละด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1

พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแต่ละปัจจัยต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุต่างกัน

1. เพศ มีความแตกต่างกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี

2. อายุ ไม่มีความแตกต่างกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง แต่อายุมีความสัมพันธ์กับจิตใจ ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

3. สถานภาพ มีความแตกต่างกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านการใช้เวลาว่าง กับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ยกเว้นด้านที่อยู่อาศัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ

4. ระดับการศึกษา มีความแตกต่างกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านการใช้เวลาว่างแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ยกเว้นด้านสุขภาพ และด้านการเงินไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ

5. รายได้ต่อเดือน มีความแตกต่างกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านการใช้เวลาว่าง ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ยกเว้นด้านสุขภาพ และด้านการเงินไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ

สมมติฐานที่ 2

พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรีที่มีลักษณะงานต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุต่างกัน

ลักษณะงาน มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี ได้แก่ ด้านจิตใจ และด้านการเงินแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ยกเว้นด้านสุขภาพ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่างไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ

การอภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยเรื่อง การเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี สามารถอภิปรายผลโดยแยกประเด็นดังนี้

พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี มีการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุโดยรวมทั้ง 5 ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่า พนักงานโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี มีความรู้สึกพึงพอใจต่อการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุในทุกด้าน ที่ทางโรงพยาบาลมอบให้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ อารีย์ แก้วสกุลพันธ์ (2559) ที่พบว่า การวางแผนทางการเงินก่อนเกษียณอายุของอาจารย์ไทยในสถานศึกษาเอกชน ระดับอุดมศึกษาฝั่งธนบุรีอยู่ในระดับมาก ผลการศึกษาของ พลอยพัชร กิจเจริญเกษม (2559) ที่พบว่า การเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุ ของพนักงานธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) โดยรวมอยู่ในระดับมาก ผลการศึกษาของ เกรียงศักดิ์ ยศพิมพ์ ส.บ., อุ่ทอง นามวงษ์ วทม. (2559) ที่พบว่า การเตรียมความพร้อมสู่วัยสูงอายุของบุคลากรด้านสุขภาพในจังหวัดเลย โดยรวมอยู่ในระดับมาก ผลการศึกษาของ วรชัย สิงห์ฤกษ์, พิทักษ์ ศิริวงศ์ (2560) ที่พบว่า การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุงานของเจ้าหน้าที่ชุมชนสหกรณ์ออม

ทรัพยากรแห่งประเทศไทย จำกัด: การศึกษาแบบสร้างทฤษฎีฐานราก โดยรวมอยู่ในระดับมาก ผลการศึกษาของ ปิยะดา วงศ์วิวัฒน์, ชาญเดช เจริญวิริยะกุล (2562) ที่พบว่า การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา โดยรวมอยู่ในระดับมาก

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากการศึกษา การเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จังหวัดนนทบุรี สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนดกลยุทธ์ในการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของผู้ประกอบการ โรงพยาบาลอื่นให้ตรงกับความต้องการของผู้ใช้บริการ เพื่อให้ผู้ให้บริการเกิดความพึงพอใจสูงสุด และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถใช้เป็นข้อมูลตั้งข้อกำหนด กฎเกณฑ์ ระเบียบวิธีปฏิบัติ รวมถึงมีการติดตามให้โรงพยาบาลฯ ประกอบธุรกิจตามกฎหมายต่อไป

หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กระทรวงแรงงาน สำนักงานประกันสังคม ควรมีการกำหนดมาตรฐานการส่งเสริมการออมของแรงงานทั้งในและนอกระบบประกันสังคม ให้มีความหลากหลาย และเหมาะสมกับความต้องการและศักยภาพของแรงงานในระดับต่าง ๆ ได้แก่ ผลตอบแทนจากประกันสังคม เช่น การออมเพื่อสุขภาพ การออมเพื่อการลงทุนหรือการออมเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่าง ๆ หลังเกษียณอายุ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุด้านการใช้เวลาว่าง ต่ำกว่าด้านอื่น ๆ โรงพยาบาลฯ ควรส่งเสริมให้พนักงานตระหนักถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น การพบปะสังสรรค์กับเพื่อน การจัดกิจกรรมร้องเพลง การออกกำลังกาย การท่องเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ การปลูกต้นไม้ การทำอาหาร เป็นต้น

2. ด้านจิตใจ และด้านที่อยู่อาศัย อยู่ในระดับมากที่สุด แต่เทียบกับด้านการเงินถือว่าน้อยมาก ควรส่งเสริมให้พนักงานมีการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ เพื่อลดความกังวลในการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุ นอกจากนี้ควรส่งเสริมและให้ความรู้ ความเข้าใจพนักงานเกี่ยวกับการออม การวางแผนการลงทุน และการใช้จ่ายแบบพอคิ พอเพียง และมีที่อยู่อาศัยในช่วงบั้นปลายของชีวิต

3. ด้านสุขภาพ พนักงานควรมีการเตรียมความพร้อมเพื่อรับมือกับปัญหาสุขภาพที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เช่น การทำประกันอุบัติเหตุ หรือการทำประกันสุขภาพ นอกจากนี้ พนักงานควรตระหนักถึง

การป้องกันความเสี่ยงด้านสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต เช่น การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การตรวจสุขภาพประจำปี เป็นต้น

4. หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงแรงงาน รวมถึงสถานประกอบการ ควรมีการให้ข้อมูลเกี่ยวกับการวางแผนการเกษียณอายุงาน โดยเฉพาะพนักงานภาคเอกชน ที่มีความมั่นคงทางอาชีพน้อยกว่าภาคราชการ เนื่องจากการวางแผนการเกษียณอายุจะเป็นการลดความเสี่ยงของชีวิตในอนาคตได้

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยในครั้งต่อไป

1. ควรเพิ่มกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาให้สอดคล้องกับจำนวนประชากรทั้งหมดของโรงพยาบาล เพื่อให้ได้ผลที่ตรงกับความคิดเห็นของคนในองค์กรมากที่สุด
2. ควรศึกษาสาเหตุจากปัจจัยใดที่ทำให้การรับรู้การเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงานแต่ละช่วงอายุถึงไม่แตกต่าง
3. ควรศึกษาสาเหตุจากปัจจัยใดที่ทำให้พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุของพนักงานแต่ละช่วงอายุถึงไม่แตกต่าง

รายการอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต, เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก ชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL-BREF-THAI); สืบค้นเมื่อ 3 พฤษภาคม 2563. จาก

<https://www.dmh.go.th/test/download/files/whoqol.pdf>

จิตติมา ทาสวรรณอินทร์. 2561. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชาติพันธุ์ จังหวัดเชียงราย. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ ปีที่ 36 ฉบับที่ 4 ตุลาคม – ธันวาคม 2561. สืบค้นเมื่อ 7 พฤษภาคม 2563. จาก [https://he01.tci-thaijo.org/index.php/jnat-](https://he01.tci-thaijo.org/index.php/jnat-ned/article/view/164906/119488)

[ned/article/view/164906/119488](https://he01.tci-thaijo.org/index.php/jnat-ned/article/view/164906/119488)

จิรัชยา เกล้าดี และคณะ. 2559. ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครศรีธรรมราช. วารสารราชพฤกษ์ ปีที่ 15 ฉบับที่ 1 มกราคม - เมษายน 2560. จาก

<https://so05.tci-thaijo.org/index.php/Ratchaphruekjournal/article/view/90779/71259>

เจษฎา นกน้อย และคณะ. 2560. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลา. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ปีที่ 9 ฉบับที่ 3 กันยายน-ธันวาคม 2560. สืบค้นเมื่อ 29 มีนาคม 2563. จาก <https://li01.tci-thaijo.org/index.php/pnujr/article/view/99140>

พ.ท.ประพล บุญมากุล. 2548. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตนายทหารชั้นประทวน. สืบค้นเมื่อ 28 เมษายน 2563. จาก <http://www2.gspa.buu.ac.th/library/is/mpa47/47932256.pdf>

พัฒนาคุณภาพชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ. วารสารวิชาการและวิจัยสังคมศาสตร์ ปีที่ 13 ฉบับที่ 39 กันยายน-ธันวาคม 2561. สืบค้นเมื่อ 9 เมษายน 2563. จาก

สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. 2554. พระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการ พ.ศ. 2494. สืบค้นเมื่อ 9 พฤษภาคม 2563. จาก

https://www.ocsc.go.th/sites/default/files/attachment/page/94_phrb_bamehncchbamnaay_2494_update_laasud.pdf

Abraham H.Maslow, Motivation and Personality, Maslow's Hierarchy of Needs; สืบค้นเมื่อ 2 พฤษภาคม 2563. จาก

http://s-f-walker.org.uk/pubsebooks/pdfs/Motivation_and_Personality-Maslow.pdf