



## รายงานวิจัยเรื่อง

รูปแบบการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม  
ของผู้สูงอายุตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี  
Social Activities Participation model of Older Person  
in Ban Mor Sub-district, Muang District, Phetchaburi province.

โดย

อาจารย์ จิตรรดา พงศรราชิก

อาจารย์ วีรยุทธ ศรีทุมสุข

อาจารย์ ณัฐกร นิลเนตร

อาจารย์ บุญตา กลิ่นมาลี

อาจารย์ บวรจิต เมธาฤทธิ

นางสาว อรุณรัตน์ หวังถนอม

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	2
บทที่ 1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	4
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	7
บทที่ 3 วิธีการดำเนินงาน	15
บทที่ 4 ผลการวิจัย	22
บทที่ 5 การอภิปรายผล	31
ข้อเสนอแนะ	32
เอกสารอ้างอิง	35
ภาคผนวก ก. บทสรุปผู้บริหาร	36
ภาคผนวก ข แบบฟอร์มรับรองการนำผลงานวิจัยหรืองานสร้างสรรค์ไปใช้ ประโยชน์	45
ภาคผนวก ค. ภาพกิจกรรม	48

## รูปแบบการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

### ตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี

#### Social Activities Participation Model of Older Person

#### in Ban Mor Sub-district, Muang District, Phetchaburi Province

จิตรรดา พงศธรานิก<sup>\*1</sup> วีรยุทธ ศรีทุมสุข<sup>1</sup> ณัฐกร นิลเนตร<sup>1</sup> บุญตา กลิ่นมาลี<sup>1</sup> บวรจิต เมธาทูธี<sup>1</sup>

อรุณรัตน์ หวังถนอม<sup>2</sup>

E-mail address: jitrada.sin@mail.pbru.ac.th โทรศัพท์ 081-8459515

#### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้ใช้วิธีการเชิงผสมผสาน (Mixed method) แบบอธิบายติดตาม (follow up explanatory model) โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณเป็นวิธีการหลักในการศึกษาคุณลักษณะของผู้สูงอายุ ระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถดถอยพหุแบบขั้นตอน เมื่อได้ผลการวิจัยเชิงปริมาณแล้วจึงจำแนกกลุ่มตัวอย่างที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในระดับมากและระดับน้อยเพื่อเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่ออธิบายความเพิ่มเติมผลการวิจัยเชิงปริมาณ

ผลการศึกษาพบว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับน้อย กิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมมากที่สุดคือกิจกรรมทางศาสนา ระดับการศึกษาสามารถทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมได้ร้อยละ 4.1 ( $R^2 = 0.041$ ,  $p < 0.001$ ) ระดับการศึกษาและเพศร่วมทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 5.8 ( $R^2 = 0.058$ ,  $p = 0.001$ ) ผลการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า ปัจจัยส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ รูปแบบที่จัดเป็นกิจกรรมทางศาสนา การเดินทางสะดวก มีการรับ-ส่ง มีของรางวัลจูงใจ มีหนังสือเชิญเข้าร่วมกิจกรรม ปัจจัยขัดขวางการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ ความสูงอายุ การมีภาระงานที่ต้องทำ ต้องเลี้ยงหลาน

**คำสำคัญ:** รูปแบบ, การเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม, ผู้สูงอายุ

<sup>1</sup> อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ประเทศไทย 76000

<sup>2</sup> เจ้าหน้าที่ องค์กรบริหารส่วนตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ประเทศไทย 7600  
งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส)

## Abstract

This study is mixed method: follow up explanatory model by using quantitative method in older person demographic information, social activities participation level, and factors related to social activities participation. Quantitative data were analyzed by stepwise multiple regression analysis with significant difference at level .05 and Then, qualitative method was used to explain quantitative data for success factors which were promote older person participating in social activities participation continuously qualitative data were using interpretation method.

The result showed that social activities participation were in low level. The most social activities older person were involve was religious activity. Education level effected to social activities participation 4.1 % ( $R^2 = 0.041$ ,  $p < 0.001$ ). Education and gender were predictor for social activities participation in older person 5.8 % ( $R^2 = 0.058$ ,  $p = 0.001$ ). The result of qualitative analysis found that factors were promoted social activities participation in older person were religious activity patterns, convenient transportation, having a pick up during activities, having incentive rewards, having invitation letter. The obstructive factors in social activities participation including personal factors which were older ages, having job, having child to take care.

**Keywords:** Model, Social Activities Participation, Older Persons

## บทที่ 1

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ยุคโลกาภิวัตน์ในปัจจุบันส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตและโครงสร้างทางสังคมและประชากรในทุกประเทศทั่วโลก ซึ่งกลายเป็นปัญหาสำหรับทุกประเทศ โดยเฉพาะกลุ่มประเทศกำลังพัฒนา ประเทศในทวีปเอเชียกำลังอยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่านทางประชากรดังกล่าว โดยสัดส่วนและจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2493 มีจำนวนผู้สูงอายุ 57.6 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 4.1 ของประชากรทั้งหมดและมีแนวโน้มเพิ่มเป็น 922.7 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2593 ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 17.5 ซึ่งแนวโน้มดังกล่าวจะเพิ่มสูงขึ้นถึงร้อยละ 62 เมื่อถึงเวลานั้นทวีปเอเชียก็จะกลายเป็นทวีปที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดของโลก(สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2557) สำหรับประเทศไทยนั้นจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปีอย่างต่อเนื่อง โดยจากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ในปี 2557 พบว่า ในปี พ.ศ. 2547 มีจำนวนผู้สูงอายุร้อยละ 10 และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 15 ซึ่งถือเป็นสังคมผู้สูงอายุในปี พ.ศ. 2557 และคาดการณ์ว่าในอีก 7 ปีคือ ปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ด้วยจำนวนผู้สูงอายุร้อยละ 20 และในปี พ.ศ. 2574 จะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอดด้วยจำนวนผู้สูงอายุร้อยละ 28 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2557) ปัญหาจากการสูงขึ้นของสัดส่วนประชากรสูงอายุกระทบในวงกว้างทั้งด้านโครงสร้างประชากร กระทบต่อการพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศในระดับจุลภาคจนถึงระดับมหภาคทั้งในระยะสั้นและระยะยาว และกระทบโดยตรงต่อดัชนีผลิตมวลรวมของประเทศ ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ตั้งอยู่บนความเสื่อมถอยทั้งร่างกาย จิตใจและเศรษฐกิจ รวมทั้งกระทบต่อความก้าวหน้าในการพัฒนาประเทศโดยรวม แนวโน้มการพึ่งพิงของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 11.6 ในปี พ.ศ. 2533 คาดว่าจะสูงถึงร้อยละ 40.9 ในปี พ.ศ. 2573 กวาร์้อยละ 48.1 ของผู้สูงอายุป่วยเป็นความดันโลหิต ร้อยละ 26.1 มีปัญหาไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 15.9 ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 41.6 ไม่มีคู่วิตดูแล ยิ่งกว่านั้นแนวโน้มของมุมมองเชิงลบของคนรุ่นใหม่ต่อผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น (ฤทัยชนก จริงจิตร, 2554) สำหรับข้อมูลประชากรจังหวัดเพชรบุรี ประจำปี 2559 พบว่ามีจำนวนรวมทั้งสิ้น จำนวน 480,652 คน โดยมีประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปี จำนวน 65,664คน คิดเป็นร้อยละ 13.7 ของจำนวนประชากรทั้งหมด โดยจะพบว่าจำนวนผู้มีอายุมากกว่า 60 ปีมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทุกปี โดยในปี 2556 มีผู้สูงอายุร้อยละ 11.2 ของจำนวนประชากรทั้งหมด ปี 2557 มีผู้สูงอายุร้อยละ 11.5 ของจำนวนประชากรทั้งหมด ปี 2558 มีผู้สูงอายุร้อยละ 11.9 ของจำนวนประชากรทั้งหมด (สำนักงานสถิติ จังหวัดเพชรบุรี, 2559)

การวิจัยจำนวนมากที่ชี้ไปในทิศทางที่สอดคล้องกันคือ ผู้สูงอายุประสบปัญหาด้านสุขภาพและเศรษฐกิจที่เป็นภาระของครอบครัวและสังคม และผู้สูงอายุส่วนหนึ่งต้องการการดูแล โดยเฉพาะการดูแลจากครอบครัวซึ่งถือว่าเป็นสถาบันหลักในการดูแลเกื้อกูลผู้สูงอายุ การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่าผู้สูงอายุไม่เป็นเพียงผู้รับฝ่ายเดียวแต่ผู้สูงอายุเป็นทรัพยากรมนุษย์ของสังคมที่สำคัญของสังคม ซึ่งการศึกษาที่ผ่านมาพบการวิจัยเกี่ยวกับคุณค่าของผู้สูงอายุน้อยมาก ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะ

ศึกษาให้ลึกลงไปในแง่บวก ด้านการสร้างสรรค์ ในแง่ของร่มโพธิ์ร่มไทร เพื่อแสดงคุณค่าของผู้สูงอายุที่มีต่อครอบครัว ชุมชนและสังคม เพื่อนำผลการศึกษามาเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ใช้ความสามารถที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติต่อไป และเพื่อการเป็นพัฒนาการจัดกิจกรรมทางการศึกษา ส่งเสริม สนับสนุน จูงใจให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมมากขึ้น เท่ากับเป็นการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ทั้งนี้เนื่องจากปัจจุบันสภาพทางสังคมของพื้นที่ดังกล่าวมีความเจริญรุ่งเรืองอุดมสมบูรณ์ มีศิลปวัฒนธรรมและเอกลักษณ์อื่น ๆ เป็นของตัวเอง มีแหล่งท่องเที่ยวแห่งการเรียนรู้ด้านต่างๆ มากมาย มีชมรมผู้สูงอายุที่ก่อตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ.2543 มีการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องอย่างน้อย ปีละประมาณ 3 ครั้ง ประชาชนในตำบลจึงมีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน ประกอบกับตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี มีลักษณะทางสังคมของความเป็นเมืองและชนบทผสมผสานกันอยู่ในพื้นที่เดียวกัน มีความหลากหลายของคนผู้คนที่ มีลักษณะเฉพาะที่ควรศึกษา นอกจากนั้นตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรีมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนนับว่าเป็นกลุ่มประชากรที่ควรได้รับความสนใจเป็นอย่างยิ่ง

#### คำถามวิจัย

- 1) กิจกรรมทางสังคมที่จัดขึ้นสำหรับผู้สูงอายุในตำบลบ้านหม้อมีลักษณะเป็นอย่างไร
- 2) มีปัจจัยใดบ้างที่ทำให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
- 3) ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องมีคุณลักษณะอย่างไรบ้าง
- 4) ปัจจัยใดบ้างที่มีผลต่อความสำเร็จในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง

#### วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาลักษณะของกิจกรรมทางสังคมที่จัดขึ้นสำหรับผู้สูงอายุ ตำบลบ้านหม้อ
- 2) เพื่อระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
- 3) เพื่ออธิบายลักษณะของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง
- 4) เพื่อค้นหาปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง

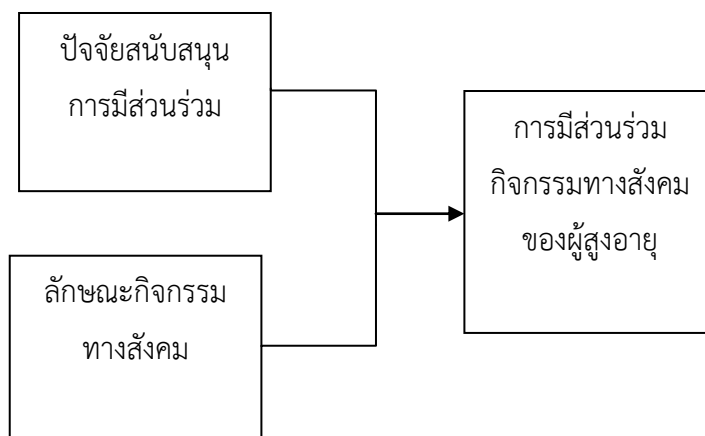
#### ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา ได้แก่ ในการศึกษาครั้งนี้ทำการศึกษาร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุใน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารงานวิจัยต่างๆ ตลอดจนศึกษาปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในสังคมโดยวิธีการวิเคราะห์แบบผสมผสานทั้งวิธีการเชิงปริมาณ (quantitative research) เป็นข้อมูลหลักและวิธีการเชิงคุณภาพ (qualitative research) เพื่ออธิบายประกอบข้อมูลเชิงปริมาณและเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งและเชื่อถือได้ โดยที่หน่วยของการวิเคราะห์ (Unit of Analysis) อยู่ที่ระดับปัจเจกบุคคล

ขอบเขตด้านพื้นที่การศึกษา ได้แก่ ตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี  
 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ  
 ประชากรผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัด  
 เพชรบุรี

ขอบเขตตัวแปร ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ ลักษณะของ  
 กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ตัวแปรตาม ได้แก่ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม 4 ด้าน คือ การมีส่วนร่วม  
 ร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมออกกำลังกาย การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทาง  
 ศาสนา การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมโดย  
 ภาพรวม

**ทฤษฎี สมมติฐานและ / หรือกรอบแนวคิดของการวิจัยสมมติฐาน**



**ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากโครงการ (Outputs)**

1. ได้ผลสรุปปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ
2. ได้รูปแบบการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 1 รูปแบบ
3. ได้รูปแบบ / แนวทางการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องของผู้สูงอายุ ตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรีจำนวน 1 รูปแบบ

## บทที่ 2

### การทบทวนวรรณกรรม/สารสนเทศ (Information) ที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้านี้ได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของผู้สูงอายุ รายละเอียดดังนี้

#### แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ มีผู้ให้แนวคิดเป็นจำนวนมาก ตัวอย่างทฤษฎีที่อธิบายเกี่ยวกับการสูงอายุของ Ebersole and Hess. ได้สรุปแนวคิด และทฤษฎีการสูงอายุ ออกเป็น 3 กลุ่มใหญ่ๆ (Ebersole and Hess, 1985) คือ

1. ทฤษฎีทางชีววิทยา (Biological Theory) ทฤษฎีนี้อธิบายว่ามนุษย์ประกอบด้วยองค์ประกอบใหญ่ๆ 3 อย่าง คือ เซลล์ที่สามารถเพิ่มตัวเองตลอดชีวิต เซลล์ที่ไม่สามารถแบ่งตัวเอง และองค์ประกอบอื่นๆ ที่ไม่ใช่เซลล์ทฤษฎีนี้แบ่งเป็นทฤษฎีย่อยได้ดังนี้

1.1 ทฤษฎีอนุมูลอิสระ (Free Radical Theory) อธิบายว่า ความแก่เกิดจากอนุมูลอิสระที่เกิดขึ้นภายในร่างกายซึ่งมีความไวต่อการทำปฏิกิริยาทางเคมีมาก ทำให้เกิดความผิดปกติของยีน และทำลายสภาพของเซลล์เนื้อเยื่อตลอดจนอวัยวะ แนวคิดอนุมูลอิสระ (Free Radical) คือ โมเลกุลที่มีจำนวนอิเล็กตรอนเป็นเลขคี่มีความว่องไวในปฏิกิริยามาก ในสภาวะปกติอนุมูลอิสระเกิดขึ้นบนผนังเซลล์และภายในเซลล์ หรือส่วนประกอบของเซลล์ในความเข้มข้นต่างกัน อาจมีอายุสั้นมากหรืออยู่นานปี การทำลายเซลล์และเนื้อเยื่อโดยอนุมูลอิสระที่พบมีดังนี้ ผนังเซลล์ โมเลกุลของกรดไขมันไม่อิ่มตัวจะแตกหักเสียโครงสร้าง ความแข็งแรงของเยื่อหุ้มเซลล์ และเซลล์ของอวัยวะจะลดลง ทำให้เซลล์ไม่สามารถคงสภาพปกติได้ ระบบประสาทส่วนกลางมีการเชื่อมโยงของนิวเคลียสอันใหญ่ของเซลล์ (Macromolecules) เช่น สารอาหาร จึงมีผลให้การแพร่ของสารอาหารหยุดชะงัก สารพันธุกรรม (DNA) แตกหัก มีผลให้ผนังของอวัยวะและเซลล์เสื่อมหน้าที่ โปรตีน อนุมูลอิสระสามารถตัดโปรตีนชักนำให้เกิดการเชื่อมโยงของโปรตีน ซึ่งมักต้านการย้อนกลับของโปรตีน (Reduction)

1.2 ทฤษฎีการเชื่อมโยงของคอลลาเจน (Collagen Cross - Linkage Theory) อธิบายว่าความแก่เกิดจากส่วนประกอบของคอลลาเจนมีการจับตัวกันมากขึ้น เส้นใยหดสั้นเข้า ยึดหยุ่นน้อยลง แข็ง ฉีกขาดง่าย แนวคิดคอลลาเจนเป็นส่วนประกอบหลักของเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน โมเลกุลของคอลลาเจน จะเป็นสาย 3 สายไขว้กัน แต่จะมีการเชื่อมโยงแต่ละสายไว้ด้วยกัน (Pair of Sternsons) เมื่ออายุมากขึ้น การเชื่อมโยงนี้จะหลุดออกจากกันไปจับกับโมเลกุลที่อยู่ใกล้เคียง เกิดการเชื่อมโยงระหว่างโมเลกุลของคอลลาเจน มีผลให้ความยืดหยุ่นลดลงและความแข็งมากขึ้นจึงฉีกขาดง่าย จะพบมากที่บริเวณผิวหนัง เอ็น กระดูก หัวใจ กล้ามเนื้อผนังปอด และหลอดเลือดการเชื่อมโยงนี้จะเกิดขึ้นเร็ว และมากที่สุดระหว่าง 30-50 ปี

1.3 ทฤษฎีภูมิคุ้มกัน (Immunologic Theory) อธิบายว่าความแก่เกิดจากความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกันทำให้ร่างกายต่อสู้กับเชื้อโรคและสิ่งแปลกปลอมได้ไม่ดี จึงเกิดการ



เจ็บป่วยง่าย เมื่อเกิดแล้วมักจะรุนแรงเป็นอันตรายต่อชีวิต แนวคิดระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ประกอบด้วย การประสานของอวัยวะหลายอย่าง เช่น ไชกระดูก ต่อมไทมัส ระบบน้ำเหลือง ตับ ม้าม มีหน้าที่เพิ่มความต้านทานของร่างกาย ป้องกันการลุกลามของสิ่งแปลกปลอมและกำจัดเซลล์ปกติของร่างกายที่ใช้งานไม่ได้แล้ว ดังนั้นถ้าระบบภูมิคุ้มกันทำงานลดลง จึงมีโอกาสเกิดการติดเชื้อและการสะสมเซลล์ปกติของร่างกายที่ใช้งานไม่ได้ ตลอดจนเกิดเนื้องอกในร่างกาย

1.4 ทฤษฎีการกลายพันธุ์ (Somatic Mutation and Error Theories) อธิบายว่า ความแก่เกิดจากการสะสมเซลล์ผ่าเหล่าซึ่งทำให้มีการสังเคราะห์ชีวโปรตีนที่ผิดปกติมากขึ้น จนมีผลลดการทำงานของเซลล์และประสิทธิภาพของอวัยวะภายใน แนวคิดการผ่าเหล่าเป็นการเปลี่ยนแปลงส่วนประกอบของยีน (ระดับโมเลกุล) ชนิดถาวร และถ่ายทอดไปยังลูกหลานได้ถ้าเกิดกับเซลล์สืบพันธุ์ แต่ถ้าวการผ่าเหล่าเกิดกับเซลล์ร่างกายทั่วไป มีผลทำให้ระบบที่ติอยู่แล้วผันแปรไปเป็นต้นเหตุของความแก่ โรคเสื่อมสภาพต่างๆ และมะเร็ง จากการศึกษาชีววิทยามีการตั้งสมมุติฐานว่าการแก่ตัวของเซลล์อยู่ในอานาจยีน เมื่อเซลล์เจริญเติบโตไประยะหนึ่ง กระบวนการดำรงชีวิตของมันจะเสื่อมลงจนไม่สามารถสังเคราะห์สารพันธุกรรม (DNA) ได้เนื่องจากยีนเกิดความผิดปกติมากขึ้น แต่หากจะกล่าวว่าการสะสมการเปลี่ยนแปลงในสารพันธุกรรม (DNA) เป็นสาเหตุของความแก่ ดังนั้นความแก่น่าจะสืบทอดเป็นกรรมพันธุ์ได้ จึงค้านกับลักษณะของความแก่ที่ไม่สืบทอดทางกรรมพันธุ์

1.5 ทฤษฎีพันธุกรรม (Genetic Theory) อธิบายว่าการสูงอายุนั้นเป็นลักษณะที่เกิดขึ้นตามพันธุกรรม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างของอวัยวะบางส่วนของร่างกายเมื่ออายุมากขึ้นคล้ายคลึงกันหลายชั่วอายุคน เช่นลักษณะศีรษะล้าน ผมหงอกเร็ว เป็นต้น ลักษณะดังกล่าวจะพบในบางคนเท่านั้น

1.6 ทฤษฎีความเครียด และการปรับตัว (Stress-Adaptation Theory) อธิบายว่า ปฏิกิริยาของร่างกายต่อความเครียด มีผลลดการทำงานของเซลล์และทำให้เซลล์ตายได้ ภาวะที่ต้องเผชิญกับความเครียดบ่อยๆ จะทำให้แก่เร็ว ความเครียด (Stressor) จะมีผลต่อสมองไฮโปทาลามัส ต่อมพิทูอิตารี และต่อมหมวกไตให้หลั่งฮอร์โมน (Stress Hormone) กระตุ้นการทำงานของระบบประสาท ระบบไหลเวียนเลือด การทำงานเกี่ยวกับเมตาโบลิซึม ทำให้ร่างกายตอบสนองต่อความเครียดต่างๆ

จากทฤษฎีทางชีววิทยาของการสูงอายุนั้นก็ได้พยายามที่จะค้นหาความจริงเพื่อนำมาอธิบายว่าการสูงอายุหรือความแก่เป็นผลจากสิ่งใด ผู้ศึกษาแต่ละคนมีความเชื่อในเรื่องใดล้วนแล้วแต่จะนำแนวคิดของทฤษฎีไปประกอบการศึกษา ถึงแม้ว่าจะมีการศึกษาค้นคว้าทดลองเกี่ยวกับความแก่มากมาย แต่ก็ยังไม่มีข้อสรุปใดที่สามารถนำไปใช้อธิบายทั่วไปได้ ทราบแต่เพียงว่ากระบวนการชราภาพหรือความแก่ของเซลล์ต่างๆ เป็นปฏิกิริยาซับซ้อนเกี่ยวข้องกับพันธุกรรม การเผาผลาญฮอร์โมน ระบบภูมิคุ้มกันระบบประสาทต่อมไร้ท่อ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงขององค์ประกอบในเซลล์ เนื้อเยื่อ และอวัยวะเท่านั้น

2. แนวคิดทางจิตวิทยา (Psychological Concept) แนวคิดทางจิตวิทยา ได้เชื่อมโยงเอาทฤษฎีทางชีววิทยาและสังคมวิทยาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยโดยเสนอว่า การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ นั้น เป็นการพัฒนาและปรับตัวของความนึกคิด ความรู้ ความเข้าใจ แรงจูงใจ การเปลี่ยนแปลงไปของอวัยวะรับสัมผัสทั้งปวง ตลอดจนสังคมที่คนชรา นั้นๆ อาศัยอยู่นักจิตวิทยาได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความชราทางจิตวิทยาได้ผลดังต่อไปนี้

2.1 สติปัญญา จากการศึกษาพบว่าในผู้สูงอายุปกติที่ไม่มีความเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย จิตใจ และสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี อาจมีการเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญาเสื่อมถอยลงเพียงเล็กน้อย หรืออาจไม่มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมเลย

2.2 ความจำและการเรียนรู้ จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีความสามารถในการเรียนรู้ได้เท่ากับคนอ่อนวัยแต่ต้องใช้เวลานานกว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหาการเรียนรู้ คือ ความเครียด ปัจจัยทางด้านสังคม ผลจากประสาทและสรีรวิทยาของผู้สูงอายุ การสูญเสียความจำและความสามารถในการเข้าใจสิ่งต่างๆ เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุหวาดกลัวและเป็นปัญหาในการดูแลสุขภาพในผู้สูงอายุ

2.3 แรงจูงใจ จากการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุ ไม่จำเป็นต้องใช้แรงกระตุ้นในการทำงานมากกว่าผู้สูงอายุวัยอื่น นอกจากนี้จากการศึกษาทางจิตวิทยา พบว่า ผู้สูงอายุมีเซลล์ประสาทในสมองตายไปมาก แต่ขณะเดียวกันก็มีการสะสมประสบการณ์อันเกิดจากการเรียนรู้ไว้มาก ถ้าผู้สูงอายุเคยมีประสบการณ์ที่ดีในอดีต ได้รับการยอมรับที่ดี มีสภาพอารมณ์มั่นคง ก็จะมีผลต่อวัยที่สูงขึ้น มีความรอบคอบสุขุมสูงตามไปด้วย และในด้านจิตวิทยาส่วนใหญ่เชื่อว่า คนทุกเชื้อชาติเมื่อมีอายุมากจะมีเขาวนปัญญาเสื่อมลง กล่าวคือ เขาวนปัญญาพัฒนาเต็มที่ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ต่อจากนั้นก็จะอยู่ค่อนข้างคงที่ประมาณ 10 ปีแล้วจึงค่อยๆ เสื่อมลง

จากแนวคิดทางจิตวิทยามองความสูงอายุจากสติปัญญาว่า สติปัญญาเสื่อมลงเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ความจำและการเรียนรู้ ผู้สูงอายุมีความสามารถในการเรียนรู้ไม่แตกต่างจากวัยอื่นๆ เพียงแต่ต้องใช้เวลานานในการเรียนรู้ และแรงจูงใจที่จะมีมาน้อยขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในอดีตของผู้สูงอายุ

3. ทฤษฎีทางสังคมวิทยา (Sociological Theory) เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึง แนวโน้มบทบาทของผู้สูงอายุ สัมพันธภาพ และการปรับตัวทางสังคมในช่วงท้ายของชีวิตหรือเป็นทฤษฎีที่พยายามวิเคราะห์สาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องมีสถานะทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป ทั้งพยายามที่จะช่วยให้มีการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ทฤษฎีนี้เชื่อว่าถ้าสังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วก็จะทำให้สถานะภาพของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วตามไปด้วย และสถานะของผู้สูงอายุในสังคมใดจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับจำนวนของผู้สูงอายุในสังคมนั้น แนวคิดทางสังคมวิทยาที่สำคัญ ได้แก่

3.1 ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) อธิบายว่าเมื่อผู้สูงอายุมีอายุมากขึ้นสถานะภาพทางสังคมจะลดลง บทบาทเก่าจะถูกตัดออกไปแต่ผู้สูงอายุยังมีความต้องการทางสังคมและจิตวิทยา

เหมือนผู้สูงอายุในวัยกลางคน ดังนั้นผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมที่ต่อเนื่องจากวัยที่ผ่านมา มีความพอใจในการร่วมกิจกรรม มีความสนใจและร่วมเป็นสมาชิกในกิจกรรมต่างๆ จะเห็นได้ว่า ทฤษฎีกิจกรรมนี้เชื่อว่าผู้สูงอายุจะมีชีวิตที่เป็นสุขได้นั้นควรมีบทบาทหรือกิจกรรมทางสังคมตามสมควร เช่น ควรมีงานอดิเรกหรือการเป็นสมาชิกกลุ่มกิจกรรม สมาคมหรือชมรม โดยทฤษฎีกิจกรรมนี้ยืนยันว่าผู้สูงอายุที่สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมไว้ได้จะเป็นผู้มีความพึงพอใจในชีวิตสูง มีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองในทางบวก

3.2 ทฤษฎีแยกตนเอง (Disengagement Theory) อธิบายว่าผู้สูงอายุและสังคมจะลดบทบาทซึ่งกันและกัน ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายู้สึกว่าตนเองมีความสามารถลดลง สุขภาพที่เสื่อมถอยรวมทั้งความตายที่ค่อยๆ มาถึง ผู้สูงอายุจึงหลีกเลี่ยงถอนตัวออกจากสังคมเพื่อลดความตรึงเครียด และพอใจกับการไม่เกี่ยวข้องกันกับสังคมอีกต่อไป จะเห็นว่าทฤษฎีแยกตนเองเชื่อว่าการที่ผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกันกับกิจกรรม และบทบาทของสังคมนั้น เป็นการถอนสถานภาพและบทบาทของตนให้แก่หนุ่มสาว หรือคนที่จะมีบทบาทได้ดีกว่า ในระยะแรกนั้นผู้สูงอายุอาจจะรู้สึกวิตกกังวลและมีความบีบคั้น แต่ในที่สุดผู้สูงอายุก็จะยอมรับบทบาทใหม่ๆ คือ การไม่เกี่ยวข้องกันกับสังคมได้

3.3 ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ทฤษฎีนี้เป็นผลมาจากการศึกษาเพื่อหาข้อขัดแย้งของทฤษฎีกิจกรรม การที่ผู้สูงอายุจะมีความสุข และมีการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพและแบบแผนชีวิตของแต่ละคน เช่น ผู้สูงอายุที่ชอบเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมก็จะมีกิจกรรมเหมือนเดิมเมื่อมีอายุมากขึ้น ส่วนผู้สูงอายุที่ชอบสันโดษไม่เคยมีบทบาทในสังคมมาก่อนก็ย่อมจะแยกตนเองออกจากสังคมเมื่ออายุมากขึ้น

3.4 ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) อธิบายว่าเมื่อผู้สูงอายุเข้าสู่วัยผู้สูงอายุจะต้องปรับสภาพต่างๆ หลากอย่างที่ไม่ใช่บทบาทเดิมของตนมาก่อน เช่น การละทิ้งบทบาททางสังคมและความสัมพันธ์ซึ่งกันไปแบบวัยผู้ใหญ่ ยอมรับบทบาททางสังคมและความสัมพันธ์ในรูปแบบของคนสูงอายุ และละเว้นจากความผูกพันกับคู่สมรส เนื่องจากการตายของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง เป็นต้น

จากทฤษฎีทางสังคมวิทยา มองความสูงอายุกจากสถานภาพทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางลดลง แต่ผู้สูงอายุยังคงต้องการบทบาทเดิม จึงเกิดความเครียดส่งผลให้เกิดการถอนตัวออกจากสังคม แต่การจะใช้ชีวิตในช่วงสูงอายุให้มีความสุขนั้นต้องคงบทบาท และสถานภาพทางสังคมไว้แต่ควรอยู่ในระดับที่เหมาะสม

สรุปได้ว่าแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ จะมองผู้สูงอายุแตกต่างกัน โดยทฤษฎีทางชีววิทยาจะมองความสูงอายุโดยพิจารณาจากการทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกาย ส่วนแนวคิดทางจิตวิทยาจะมองความสูงอายุโดยพิจารณาจาก การเรียนรู้ อารมณ์ สติปัญญา ความจำและทฤษฎีทางสังคมวิทยาจะมองความสูงอายุโดยพิจารณาจากผู้สูงอายุที่มีสภาพชีวิตที่เป็นสุขได้นั้น จะต้องเป็นผู้ที่สามารถคงบทบาท และสถานภาพทางสังคมของตนไว้ได้ซึ่งทั้ง 3 ส่วน สามารถนำมาประยุกต์อธิบายสุขภาพของผู้สูงอายุดังนี้ คือ ทฤษฎีทางชีววิทยาอธิบายว่ากระบวนการเปลี่ยนแปลง

ทางด้านร่างกายในวัยสูงอายุเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงในทางที่เสื่อมลงส่งผลให้สภาวะสุขภาพกายไม่แข็งแรงไปด้วย และเป็นที่ทราบกันดีว่ากายกับจิตมีความสัมพันธ์กัน เมื่อกายไม่แข็งแรงย่อมส่งผลให้สุขภาพจิตไม่ดีตามไปด้วยเมื่อสุขภาพกายและจิตไม่ดีก็กระทบกับเศรษฐกิจของผู้สูงอายุที่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการดูแล และแนวคิดทางจิตวิทยาอธิบายว่า ผู้สูงอายุที่มีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดีก็จะเป็นผู้ที่มีสภาพการดำเนินชีวิตที่เป็นสุขส่งผลให้สุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ ส่วนทฤษฎีทางสังคมวิทยาอธิบายว่า ผู้สูงอายุที่สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมหรือสามารถดำรงบทบาทด้านต่างๆ ของตนในอดีตไว้ได้จะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมหรือคงบทบาทต่างๆ ของตนในอดีตไว้ได้

### แนวคิดการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ มีแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ทฤษฎีนี้แสดงถึงความสัมพันธ์ของการร่วมกิจกรรมและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ทฤษฎีกิจกรรมเชื่อว่า กิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญของมนุษย์ทุกวัย ผู้สูงอายุก็มีความต้องการที่จะร่วมกิจกรรมเพื่อความสุขและการมีชีวิตที่ดี เช่นเดียวกับบุคคลในวัยต่างๆ ทฤษฎีกิจกรรมได้ทำนายความสัมพันธ์ของการร่วมกิจกรรมกับความพึงพอใจในชีวิตได้ดังนี้คือ

1.1 เมื่อบุคคลสูญเสียบทบาทของตนเองต่อตนเองและต่อสังคมมาก กิจกรรมที่จะเกี่ยวข้องก็น้อยลง ความพึงพอใจในชีวิตก็จะต่ำลงด้วย

1.2 เมื่อบุคคลมีการร่วมกิจกรรมมาก ก็จะมีบทบาทของตนเองและต่อสังคมมาก ความพึงพอใจในชีวิตก็จะสูงขึ้นด้วยเช่นกัน

2. ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ได้กล่าวถึงความต่อเนื่องของบุคคลจากอดีตถึงปัจจุบัน ผู้สูงอายุที่เคยมีบทบาทในสังคม ย่อมต้องการที่จะมีกิจกรรมต่อไป และการที่ผู้สูงอายุจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการที่จะดำเนินบทบาทต่อไปขึ้นอยู่กับปัจจัยต่อไปนี้ คือ บุคลิกภาพเฉพาะบุคคล ได้แก่ แรงจูงใจ สถานะทางเศรษฐกิจและสังคม สุขภาพ และยังขึ้นอยู่กับลักษณะทางสังคมอื่นๆ เช่น ความยืดหยุ่นหรืออายุ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพทางสังคมสูงเป็นที่ต้องการของสังคมก็ย่อมต้องการที่จะมีบทบาทต่อไป

### กิจกรรมของผู้สูงอายุ

การมีกิจกรรมเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกเพศทุกวัย เนื่องจากมนุษย์นับเป็นสัตว์สังคมประเภทหนึ่ง ดังนั้นการเข้าร่วมกิจกรรมใดๆ ก็ตาม จึงเป็นการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานเพื่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต

กิจกรรม ตามความหมายในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525 <sup>(ref)</sup> หมายถึง การที่ผู้เรียนปฏิบัติกรอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อเรียนรู้ กิจกรรมสามารถให้ความหมายได้หลาย

อย่างแตกต่างกันออกไปในแต่ละบุคคล เกี่ยวกับการมีความคิดเห็น ทศนคติต่อกิจกรรมนั้นๆ กิจกรรมที่บุคคลได้ปฏิบัติจะแสดงออกถึงบุคลิกภาพ พัฒนาการของบุคคล รวมไปถึงประสบการณ์และเป้าหมายของกิจกรรมที่บุคคลได้ปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมประเภทใดและการมีชีวิตที่ดี เช่นเดียวกับบุคคลในวัยต่างๆ ทฤษฎีกิจกรรมได้ทำนายความสัมพันธ์ของการร่วมกิจกรรมกับความพึงพอใจในชีวิตได้ดังนี้คือ

1.1 เมื่อบุคคลสูญเสียบทบาทของตนเองต่อสังคมมาก กิจกรรมที่จะเกี่ยวข้องก็น้อยลง ความพึงพอใจในชีวิตก็จะต่ำลงด้วย

1.2 เมื่อบุคคลมีการร่วมกิจกรรมมาก ก็จะมีบทบาทของตนเองและต่อสังคมมาก ความพึงพอใจในชีวิตก็จะสูงขึ้นด้วยเช่นกัน

2. ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ได้กล่าวถึงความต่อเนื่องของบุคคล จากอดีตถึงปัจจุบัน ความต้องการเกี่ยวกับกิจกรรมของผู้สูงอายุที่เคยมีบทบาทในสังคม ย่อมต้องการที่จะมีกิจกรรมต่อไป และการที่ผู้สูงอายุจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการที่จะดำเนินบทบาทต่อไปขึ้นอยู่กับปัจจัยต่อไปนี้ คือ บุคลิกภาพเฉพาะบุคคล ได้แก่ แรงจูงใจ สถานะทางเศรษฐกิจและสังคม สุขภาพ และยังขึ้นอยู่กับลักษณะทางสังคมอื่นๆ เช่น ความยืดหยุ่นหรืออายุ

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพทางสังคมสูงเป็นที่ต้องการของสังคมก็ย่อมต้องการที่จะมีบทบาทต่อไป

### **ประเภทของกิจกรรมของผู้สูงอายุ**

กิจกรรมถือว่าเป็นรูปแบบของการกระทำใดๆ หรืองานต่างๆ ที่แต่ละบุคคลสนใจ นอกเหนือจากการทำงานเพื่อดำรงชีวิตประจำวัน Lemon, B.W., Bengston, V.L., & Peterson, J.A. กล่าวว่าสามารถแบ่งกิจกรรมออกเป็น 3 ประเภท (Lemon, B.W., Bengston, V.L., & Peterson, J.A., 1972). ดังนี้

1. กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal Activity) ได้แก่ การพบปะสังสรรค์กับเพื่อนหรือญาติมิตร การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ กับสมาชิกในครอบครัว การช่วยเหลืองานในครอบครัว

2. กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal Activity) ได้แก่ การเข้าร่วมในชมรมต่างๆ การเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคม การเข้ากลุ่มทางศาสนา การเข้ากลุ่มทางการเมือง การทัศนศึกษาและการออกกำลังกายเป็นกลุ่ม ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นกิจกรรมภายนอกครอบครัว

3. กิจกรรมเพื่อการพักผ่อนและงานอดิเรก (Solitary or Leisure Activity and Hobby) ได้แก่ การทำงานเบาๆ ในยามว่าง กิจกรรมการพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมนันทนาการ การทำสวน การปรับปรุงตกแต่งบ้าน

### **ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม**

จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม พบ การศึกษาของ ชญาณี ไมเออร์ ที่ศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในจังหวัด

ปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนามากที่สุด รองลงมาคือ กิจกรรมทางการเมือง กิจกรรมอาสาสมัครเพื่อชุมชน กิจกรรมทางการศึกษาและศิลปวัฒนธรรม และกิจกรรมทางกีฬาและนันทนาการ ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล ปัจจัยด้านตนเอง ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคม และปัจจัยด้านบทบาทเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญเสนอว่าควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีโอกาสเข้าร่วมใน กิจกรรมทางสังคมซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุมี สุขภาพดี ทั้งร่างกายและจิตใจทำให้รู้สึก ว่า ตนเองมีคุณค่าเป็นที่ยอมรับของสังคมและ ส่งเสริมให้เป็นสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ(ชญาณี ไมเออร์, 2552) การศึกษาของ วรานิชฐ์ โชคนิธิรินทร์ ศึกษาเรื่องปัจจัยสนับสนุนการมีส่วนร่วมด้านกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในกรุงเทพฯ ประเทศญี่ปุ่น ผลการศึกษาพบว่า ภาครัฐมีนโยบายและแผนงานระยะยาว 3 ปีที่ชัดเจน ในการส่งเสริมกิจกรรม ทางสังคมของผู้สูงอายุ สำนักงานเขตเป็นผู้รับผิดชอบในการกำหนดแผนงานไปสู่การปฏิบัติให้สอดคล้องกับ นโยบาย การดำเนินการจัดกิจกรรมทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ การกำหนดทุกกิจกรรมจะเน้นผู้สูงอายุเป็น ศูนย์กลาง รวมทั้งมีสถานที่และงบประมาณสนับสนุนการจัดกิจกรรมของผู้สูงอายุในชุมชน มีการจัดตั้งเป็นสมาคมผู้สูงอายุและชมรมผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุสมัครเป็นสมาชิกสมาคมผู้สูงอายุและชมรมผู้สูงอายุในแต่ละเขต ร่วมกันวางแผนจัดกิจกรรมต่างๆ ทางสังคม มีการจัดกิจกรรมหลากหลายให้เหมาะสมตามสภาพของ ผู้สูงอายุ ได้แก่ ประเภทกิจกรรมต่างๆ ดังนี้ 1.กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่แข็งแรง 2. กิจกรรมที่ใช้อุปกรณ์ช่วยในการออกกำลังกาย 3. กิจกรรมตามความถนัดหรือความต้องการ 4. กิจกรรมจิตอาสา ส่วนการสนับสนุนการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุนั้น ครอบครัวมีส่วนร่วมในการส่งเสริมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ด้วยการสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมจึงประจักษ์ชัดว่า ปัจจัยที่สนับสนุนการมีส่วนร่วมด้านกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ได้รับการสนับสนุนจากหลายทาง ได้แก่ จากการมีการกำหนดนโยบายและแผนงานที่ชัดเจนของภาครัฐและปัจจัยที่สำคัญคือการสนับสนุนจากชุมชนและครอบครัว(วรานิชฐ์ โชคนิธิรินทร์, 2558) จริญญา วงษ์พรหม, ศิริบุญ จงวุฒิเวศย์, นवलวีประเสริฐสุข และนิรันดร์ จงวุฒิเวศย์ ได้ทำการศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research-PAR) เป็นงานวิจัยปฏิบัติการที่อยู่บนฐานข้อมูลและความคิดของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ประกอบด้วย 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา ในตำบลสะเอาต อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้สูงอายุมีความสุข ความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมที่สามารถสนองตอบต่อคุณภาพชีวิตใน 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา/การเรียนรู้ 2) เกิดกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนผ่านการจัดกิจกรรมสัจจรเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และกิจกรรมสานวัยใส่ใจผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยและกลุ่มปฏิบัติการหลักร่วมดำเนินการกับชุมชน 3) เกิดการบูรณาการความรู้และกิจกรรมในชุมชนผ่านการสรุปบทเรียนจากประสบการณ์ที่

ได้เรียนรู้ ร่วมกัน และ 4) เกิดความยั่งยืนของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนโดยการดำเนินการต่อเนื่องของชุมชนที่ประกอบด้วย แกนนำผู้สูงอายุ คนวัยอื่น และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในชุมชน(จรัญญา วงษ์พรหม และคณะ, 2558) การศึกษาของ ชนะ สมัครการ และสุพัฒนา คำสอน ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุของผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนองยาง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร ศึกษาในกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรม ผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนองยาง จำนวน 220 คน ผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุร้อยละ 74.1 มีการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญ 0.01 ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมจากชมรมผู้สูงอายุ ( $r = 0.615$ ) การรับรู้ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ ( $r = 0.557$ ) แรงสนับสนุนจากครอบครัว ( $r = 0.500$ ) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับค่อนข้างต่ำกับการเข้าร่วม กิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญ 0.01 ได้แก่ ทศนคติต่อชมรมผู้สูงอายุ ( $r = 0.492$ ) แรงสนับสนุนทางสังคม จากเพื่อน ( $r = 0.444$ ) ส่วน การเข้าถึงบริการชมรมผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับการเข้าร่วมกิจกรรม ชมรมผู้สูงอายุ ( $r = 0.148$ ,  $p = 0.03$ ) ผลการวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุมากขึ้น ควร สนับสนุนผู้สูงอายุให้รับรู้ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรม ชมรมผู้สูงอายุ มีทัศนคติต่อชมรมผู้สูงอายุที่ถูกต้อง รวมถึงให้ ผู้ที่เกี่ยวข้องได้มีส่วนร่วมสนับสนุนอีกด้วย(ชนะ สมัครการ และสุพัฒนา คำสอน, 2559)

### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินงาน

การวิจัยนี้ใช้วิธีการเชิงผสมผสาน (Mixed method) แบบอธิบายติดตาม (follow up explanatory model) โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณเป็นวิธีการหลักในการศึกษาคุณลักษณะของผู้สูงอายุ ระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถดถอยพหุแบบขั้นตอน เมื่อได้ผลการวิจัยเชิงปริมาณแล้วจึงจำแนกกลุ่มตัวอย่างที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในระดับมากและระดับน้อยเพื่อเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่ออธิบายความเพิ่มเติมผลการวิจัยเชิงปริมาณ

#### ประชากรที่ศึกษา

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 1,547 คน

2. กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบผสมวิธีจึงมีกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพดังนี้

2.1 กลุ่มตัวอย่างการวิจัยเชิงปริมาณ คำนวณขนาดตัวอย่างจากสูตรของ ทาโร ยามาเน่ ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 312 คน รายละเอียดดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 หาขนาดตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ตามหลักการคำนวณจากสูตรการกำหนดขนาดตัวอย่างของ ทาโร ยามาเน่ ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95

$$\text{สูตร} \quad n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

N = ขนาดของกลุ่มประชากร ซึ่งการวิจัยครั้งนี้มี 1,547 คน

e = เท่ากับ .05 หมายถึงให้สุ่มคลาดเคลื่อนได้ 5% ดังนั้นมีความเชื่อมั่นได้ 95%

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

$$\begin{aligned} \text{แทนค่า} \quad n &= \frac{1,547}{1 + 1,547 (.05)^2} \\ &= \frac{1,547}{4.86} \\ &= 318 \end{aligned}$$

จากการคำนวณ พบว่าการวิจัยครั้งนี้จะต้องเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจำนวน 318 คน ในตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี แต่จากการส่งแบบสอบถามแล้วได้ตอบกลับมา 312 คน ซึ่งอาจทำให้ผลการวิจัยมีความคลาดเคลื่อนได้เล็กน้อย



## ขั้นตอนที่ 2 สุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยการจับสลากรายชื่อ แบบไม่คืนที่

### 2.2 กลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังนี้

1) คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ ประธานชมรม รองประธานชมรม เภรณูญิก และเจ้าหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนตำบลที่ทำงานด้านผู้สูงอายุ

2) ตัวแทนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมในวันที่ชมรมผู้สูงอายุจัดงาน (วันที่ 5 ธันวาคม 2561) ตัวแทนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง คัดเลือกผู้ที่มีคะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในเกณฑ์มาก (จากผลข้อมูลเชิงปริมาณ) ตัวแทนผู้สูงอายุที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมทั้งที่จัดโดยภาครัฐ ชมรมผู้สูงอายุหรือองค์กรเอกชน คัดเลือกผู้ที่มีคะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในเกณฑ์น้อย (จากผลข้อมูลเชิงปริมาณ)

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### 1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ

เป็นแบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการประมวลแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นคำถามปลายปิด ประกอบด้วย 4 ส่วน โดยส่วนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับปัจจัยลักษณะส่วนบุคคล เป็นคำถามแบบเลือกตอบและเติมคำ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ความเพียงพอของรายได้ แหล่งที่มาของรายได้ส่วนใหญ่ และการมีโรคประจำตัว ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ เป็นคำถามแบบเลือกตอบ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกาย การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยศึกษา 4 ด้าน คือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกาย การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความถี่ในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ ลักษณะคำถามเป็นลักษณะปลายปิด (Close ended Question) ให้เลือกตอบเพียงคำตอบเดียว โดยมีคะแนนและข้อคำถามเชิงบวก ดังนี้

เป็นประจำ หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย ศาสนาและการเป็นอาสาสมัคร 3 - 7 วันต่อสัปดาห์

บางครั้ง หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย ศาสนาและการเป็นอาสาสมัคร 1 - 2 วันต่อสัปดาห์

ไม่เคยเลย หมายถึง ไม่เคยมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกาย ศาสนาและการเป็นอาสาสมัครเลยใน 1 สัปดาห์

ความถี่ในการปฏิบัติ	ข้อความเชิงบวกคะแนน
เป็นประจำ	3
บางครั้ง	2
ไม่เคยเลย	1

สำหรับเกณฑ์การประเมินค่าคะแนนที่ได้จากการวัดการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ช่วงคะแนนและความหมายเป็นรายข้อเป็นการวัดข้อมูลประเภทระดับช่วงมาตรา (Interval Scale) โดยมีความกว้างของอันตรภาคชั้น คือ

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{(3-1)}{3} \\ &= 0.66 \end{aligned}$$

นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ จากช่วงค่าเฉลี่ย สามารถแปลความหมายตามเกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนของเบสท์ (7) ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 0.00 – 0.66 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ย 0.67 - 1.33 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 1.34 - 2.00 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับมาก สำหรับเกณฑ์การประเมินค่าคะแนนที่ได้จากการวัดการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมภาพรวม ช่วงคะแนนและความหมายเป็นรายด้าน 4 ด้าน ทั้งหมด 16 ข้อ ช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 16 -48 คะแนน เป็นการวัดข้อมูลประเภทระดับช่วงมาตรา (Interval Scale) โดยมีความกว้างของอันตรภาคชั้น คือ

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{(48-16)}{3} \\ &= 10.66 \end{aligned}$$

นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ จากช่วงค่าเฉลี่ย สามารถแปลความหมายตามเกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนของเบสท์ (Best, 1977: 174) ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 16.00 – 26.66 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ย 26.67 – 37.32 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง  
คะแนนเฉลี่ย 37.33 - 48 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับมาก  
การวัดการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม 4 ด้าน มีดังนี้

1) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ มีคำถามจำนวน 4 ข้อ ดังนั้น การวัดการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 0-8 คะแนน แบ่งช่วงคะแนนภาพรวมและความหมายเป็น 3 ระดับ ดังนี้

เกณฑ์การประเมินค่าคะแนนที่ได้จากการวัดข้อมูลจากแบบสอบถามในส่วนนี้ เป็นการวัดข้อมูลประเภทระดับช่วงมาตรา (Interval Scale) โดยมีความกว้างของอันตรภาคชั้น คือ

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{(12-4)}{3} \\ &= 2.66 \end{aligned}$$

นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ จากช่วงค่าเฉลี่ย สามารถแปลความหมายตามเกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนของเบสท์ (Best, 1977: 174) ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 4.00 – 6.66 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ย 6.67 – 9.32 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 9.33 - 12.00 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับมาก

2) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกาย มีคำถามจำนวน 4 ข้อ ดังนั้นการวัดการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 0-8 คะแนน แบ่งช่วงคะแนนภาพรวมและความหมายเป็น 3 ระดับ ดังนี้

เกณฑ์การประเมินค่าคะแนนที่ได้จากการวัดข้อมูลจากแบบสอบถามในส่วนนี้ เป็นการวัดข้อมูลประเภทระดับช่วงมาตรา (Interval Scale) โดยมีความกว้างของอันตรภาคชั้น คือ

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{(12-4)}{3} \\ &= 2.66 \end{aligned}$$

นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ จากช่วงค่าเฉลี่ย สามารถแปลความหมายตามเกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนของเบสท์ (Best, 1977: 174) ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 4.00 – 6.66 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ย 6.67 – 9.32 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง  
คะแนนเฉลี่ย 9.33 - 12.00 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก

3) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา มีคำถามจำนวน 4 ข้อ ดังนั้น การวัดการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนาช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 0-8 คะแนน แบ่งช่วงคะแนนภาพรวมและความหมายเป็น 3 ระดับ ดังนี้

เกณฑ์การประเมินค่าคะแนนที่ได้จากการวัดข้อมูลจากแบบสอบถามในส่วนนี้ เป็นการวัดข้อมูลประเภทระดับช่วงมาตรา (Interval Scale) โดยมีความกว้างของอันตรภาคชั้น คือ

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{(12- 4)}{3} \\ &= 2.66 \end{aligned}$$

นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ จากช่วงค่าเฉลี่ย สามารถแปลความหมายตามเกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนของเบสท์ (Best, 1977: 174) ดังนี้  
คะแนนเฉลี่ย 4.00 – 6.66 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนาอยู่ในระดับน้อย  
คะแนนเฉลี่ย 6.67 – 9.32 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนาอยู่ในระดับปานกลาง  
คะแนนเฉลี่ย 9.33 - 12.00 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนาอยู่ในระดับมาก

4) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร มีคำถามจำนวน 4 ข้อ ดังนั้นการวัดการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร ช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 0-8 คะแนน แบ่งช่วงคะแนนภาพรวมและความหมายเป็น 3 ระดับ ดังนี้

เกณฑ์การประเมินค่าคะแนนที่ได้จากการวัดข้อมูลจากแบบสอบถามในส่วนนี้ เป็นการวัดข้อมูลประเภทระดับช่วงมาตรา (Interval Scale) โดยมีความกว้างของอันตรภาคชั้น คือ

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{(8-0)}{3} \\ &= 2.66 \end{aligned}$$

นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ จากช่วงค่าเฉลี่ย สามารถแปลความหมายตามเกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนของเบสท์ ( Best,1977:174) ดังนี้  
คะแนนเฉลี่ย 4.00 – 6.66 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัครอยู่ในระดับน้อย  
คะแนนเฉลี่ย 6.67 – 9.32 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัครอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 9.33 - 12.00 หมายถึง มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัครอยู่ในระดับมาก

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพผู้วิจัยเป็นผู้สร้างเอง ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก(in depth interview) แบบสนทนากลุ่ม (focus group) และแบบสังเกตอย่างไม่มีส่วนร่วม คำถามหลักประกอบไปด้วย 1) ลักษณะของกิจกรรมต่าง ๆ ใน ต. บ้านหม้อ เป็นอย่างไร 2) กิจกรรมใดบ้างที่ท่านชอบ / ไม่ชอบ เพราะอะไร 3) ปัจจัยใดที่ทำให้ท่านเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม 4) ท่านคิดว่าควรจะทำอย่างไรถึงจะทำให้เกิดความต่อเนื่องของการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ 5) ท่านต้องการความช่วยเหลือใดบ้าง จากหน่วยงานของรัฐ / เอกชน ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

### การทดสอบคุณภาพเครื่องมือและการหาค่าความเชื่อมั่น

ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยการนำไปทดสอบหาค่าความเที่ยงตรง (validity) และหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบสอบถาม ดังนี้

1. การหาค่าความเที่ยงตรง (validity) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลตามวัตถุประสงค์ ครอบคลุมเนื้อหาการวิจัย

2. การหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดสอบ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกันจำนวน 30 คน และนำแบบสอบถามที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาค แอลฟา (Cronbach ' s Alpha Coefficient) ใช้กับตัวแปรการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุนั้น 4 ด้าน คือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกาย การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาค แอลฟา 0.738 ซึ่งมีความน่าเชื่อถือ

### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณในวันที่ผู้สูงอายุมารับเงินผู้สูงอายุและวันทอดผ้าป่าขยะของชมรมผู้สูงอายุ

2. ภายหลังวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณแล้วจึงเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ด้วยการนัดหมายผู้ให้ข้อมูลในวันที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวก ดำเนินการสัมภาษณ์ในสถานที่ที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวก เช่น บ้าน ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบล

## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1.1 สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ใช้บรรยายปัจจัยลักษณะส่วนบุคคล ความรู้ในการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม โดยใช้การแจกแจงความถี่ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ค่าพิสัย (Range)

1.2 สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ใช้สำหรับทดสอบสมมติฐาน ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และสถิติวิเคราะห์แบบถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่ระดับ .05

1.3 การวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้การสัมภาษณ์จนข้อมูลมีความอิ่มตัว และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการตีความหมาย

## การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยในครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาและได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการวิจัยในคนของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี เลขที่ NPBRU09-2561 เมื่อได้รับการอนุมัติจึงดำเนินการเก็บข้อมูลโดยผู้วิจัยได้อธิบายวัตถุประสงค์ ซึ่งแจ้งสิทธิในการที่จะเข้าร่วมการวิจัยหรือปฏิเสธตามความสมัครใจ ขั้นตอนการทำวิจัยโดยละเอียดและถ้ากลุ่มตัวอย่างมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลจากผู้วิจัยได้ตลอดเวลา ข้อมูลต่างๆจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่มีการระบุชื่อหรือที่อยู่ของกลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มตัวอย่างมีสิทธิที่จะไม่ตอบคำถามในข้อที่ไม่ต้องการตอบหรือมีสิทธิที่จะถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมวิจัย ผู้วิจัยจึงให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในหนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมวิจัย

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อบรรยายปัจจัยลักษณะส่วนบุคคล ของผู้สูงอายุ โดยใช้การแจกแจงความถี่ (frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) สถิติเชิงวิเคราะห์ (analysis statistic) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) การวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการแปลความหมาย

#### 1. คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างมีส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 64.1) อายุเฉลี่ย 66.92 ±15.44 ปี ส่วนใหญ่อายุ 60 -69 ปี (ร้อยละ 45.1) รองลงมาอายุ 70 – 79 ปี (ร้อยละ 28.9) จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 47.4 สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 52.2 เพียงพอ มีรายได้มาจากลูก (ร้อยละ 28.2) เงินบำนาญ (ร้อยละ 22.8) บางส่วนมีรายได้จากเงินสวัสดิการผู้สูงอายุของรัฐ (ร้อยละ 20.5) รายได้เพียงพอกับค่าใช้จ่ายแต่ไม่เงินเงินเหลือเก็บ (ร้อยละ 37.8) ร้อยละ 61.5 มีโรคประจำตัวอย่างน้อย 1 โรค โดยโรคประจำตัวที่พบมากที่สุด ได้แก่ ความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 43.6) โรคเบาหวาน (24.0) มีความพิการทางสายตา หู การเคลื่อนไหว ร้อยละ 14.1 รายละเอียดดังแสดงในตาราง

ตารางที่ 1 แสดงคุณลักษณะเพศ อายุ การศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ โรคประจำตัวของผู้สูงอายุ

คุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>เพศ</b>				
- ชาย			112	35.9
- หญิง				64.1
			200	
<b>อายุ (ปี)</b>				
- 60 – 69 ปี	66.92	15.44	153	45.1
- 70 – 79 ปี			90	28.9
- 80 - 89 ปี			41	13.3
- 90 ปี ขึ้นไป			28	12.7

คุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับการศึกษาสูงสุด				
- ไม่เคยเรียน			22	7.1
- ประถมศึกษา			148	47.4
- มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า			84	26.9
- อนุปริญญาหรือเทียบเท่า			19	6.1
- ปริญญาตรี			26	8.3
- สูงกว่าปริญญาตรี			1	0.3
สถานภาพสมรส				
- คู่			163	52.2
- หม้าย			88	28.2
- โสด			34	10.9
- แยกกันอยู่			7	2.2
รายได้ต่อเดือน	5,378.16	7099.69		
- เพียงพอ ไม่เหลือเก็บ			118	37.8
- ไม่แน่นอน			78	25.0
- เพียงพอจนเหลือเก็บ			66	21.2
- ไม่เพียงพอจนมีหนี้สิน			29	9.3
แหล่งที่มาของรายได้ส่วนใหญ่				
- ลูก			88	28.2
- การทำงาน (บ้านญาติ)			71	22.8
- หน่วยงานภาครัฐ			64	20.5
- อื่นๆ			22	7.1
โรคประจำตัว (จำนวนโรค)	0.98	1.050		
- ไม่มีโรคประจำตัว			120	38.5
- มีโรคประจำตัว 1 โรค			106	34.0
- มีโรคประจำตัว 2 โรค			66	21.2
- มีโรคประจำตัว 3 โรค			17	5.4
- มีโรคประจำตัว 4 โรค			1	0.3
- มีโรคประจำตัว 5 โรค			1	0.3



คุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชนิดของโรคประจำตัว				
- ความดันโลหิตสูง			136	43.6
- โรคเบาหวาน			75	24.0
- พิการ (ทางสายตา หู การ เคลื่อนไหว)			44	14.1
- โรคหลอดเลือดและหัวใจ			21	6.7
- โรคหอบหืด			12	3.8
- โรคเกาต์			4	1.3
- โรคไตเรื้อรัง			3	1
- โรคมะเร็ง			3	1

## 2. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

คะแนนรวมการมีส่วนร่วมทั้งหมดเท่ากับ  $25.80 \pm 8.497$  ส่วนใหญ่การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมระดับน้อย (ร้อยละ 60.58) โดยคะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมแบ่งเป็น 4 ด้าน พบว่า คะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการเท่ากับ  $6.57 \pm 2.399$  ร้อยละ 13.78 เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในระดับมาก กิจกรรมการออกกำลังกาย  $6.15 \pm 2.272$  คะแนนร้อยละ 8.65 มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับมาก กิจกรรมทางศาสนา  $7.48 \pm 2.615$  คะแนน ร้อยละ 25.32 มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนาในระดับมาก และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร  $5.60 \pm 2.604$  ร้อยละ 11.22 มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัครระดับมาก เมื่อเรียงลำดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมจากมากไปน้อย พบว่า กิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมเป็น อันดับที่ 1 คือกิจกรรมทางศาสนา ( $7.48 \pm 2.615$ ) อันดับที่ 2 คือกิจกรรมนันทนาการ ( $6.57 \pm 2.399$ ) อันดับที่ 3 คือกิจกรรมการออกกำลังกาย ( $6.15 \pm 2.272$ ) และ อันดับที่ 4 คือกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร ( $5.60 \pm 2.604$ ) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงจำนวน ร้อยละ คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
กิจกรรมนันทนาการ	6.57	2.399		
- ระดับน้อย			164	52.56
- ระดับปานกลาง			105	33.65
- ระดับมาก			43	13.78
กิจกรรมการออกกำลังกาย	6.15	2.272		
- ระดับน้อย			195	62.50
- ระดับปานกลาง			90	28.85
- ระดับมาก			27	8.65
กิจกรรมทางศาสนา	7.48	2.615		
- ระดับน้อย			124	39.74
- ระดับปานกลาง			109	34.94
- ระดับมาก			79	25.32
กิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร	5.60	2.604		
- ระดับน้อย			222	71.15
- ระดับปานกลาง			55	17.63
- ระดับมาก			35	11.22
คะแนนรวมการมีส่วนร่วมทั้งหมด	25.80	8.497		
- ระดับน้อย			189	60.58
- ระดับปานกลาง			89	28.53
- ระดับมาก			34	10.90

### 3. ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะส่วนบุคคลกับการมีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคม

คุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมพบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ ( $r = 0.123$ ,  $P = 0.03$ ) กิจกรรมการออกกำลังกาย ( $r = 0.113$ ,  $P = 0.046$ ) กิจกรรมทางศาสนา ( $r = 0.167$ ,  $P = 0.003$ ) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร ปัจจัยด้านอายุมีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร ( $r = -0.152$ ,  $p = 0.007$ ) แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย ศาสนา และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในภาพรวม ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมทุกด้าน ได้แก่ กิจกรรมนันทนาการ ( $r = 0.213$ ,  $p = 0.000$ ) กิจกรรมการออกกำลังกาย ( $r = 0.248$ ,  $p = 0.0001$ ) กิจกรรมทางศาสนา ( $r = 0.116$ ,  $p = 0.040$ ) กิจกรรมอาสาสมัคร ( $r = 0.200$ ,  $p = 0.0001$ ) และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในภาพรวม ( $r = -0.224$ ,  $p = 0.0001$ ) รายได้เฉลี่ยต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกิจกรรมนันทนาการ ( $r = 0.115$ ,  $p = 0.043$ ) กิจกรรมการออกกำลังกาย ( $r = 0.204$ ,  $p = 0.0001$ ) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในภาพรวม ( $r = -0.116$ ,  $p = 0.040$ ) โดยไม่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางศาสนา และกิจกรรมอาสาสมัคร ( $r = 0.200$ ,  $p = 0.0001$ ) สำหรับปัจจัยด้านโรคประจำตัวไม่มีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมทุกด้าน ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดง ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคลกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม

การมีส่วนร่วม ในกิจกรรมทางสังคม		เพศ	อายุ	การศึกษา	สถานภาพ สมรส	รายได้	โรค ประจำตัว
นันทนาการ	Correlation	.123*	-.021	.213**	-.032	.115*	-.001
	p-value	.030	.718	.000	.575	.043	.979
การออกกำลังกาย	Correlation	.113*	-.033	.248**	-.046	.204**	-.101
	p-value	.046	.556	.000	.416	.000	.074
ศาสนา	Correlation	.167**	-.058	.116*	-.050	.054	-.049
	p-value	.003	.305	.040	.378	.338	.391
อาสาสมัคร	Correlation	.101	-.152**	.200**	-.067	.041	-.087
	p-value	.074	.007	.000	.241	.470	.125
รวม	Correlation	.147**	-.079	.224**	-.057	.116*	-.069
	p-value	.009	.162	.000	.314	.040	.223

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

#### 4. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม

ผลการการวิเคราะห์อำนาจการทำนายขั้นตอนที่ 1 ระดับการศึกษาสามารถทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมได้ร้อยละ 4.1 ( $R^2 = 0.041$ ,  $p < 0.001$ ) การวิเคราะห์ขั้นตอนที่ 2 ระดับการศึกษาและเพศเป็นตัวแปรที่ได้รับคัดเลือกเข้าสมการ ผลพบว่า ระดับการศึกษาและเพศสามารถร่วมทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 5.8 ( $R^2 = 0.058$ ,  $p = 0.001$ ) ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงปัจจัยทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม

ปัจจัยทำนาย	R	R <sup>2</sup>	F	b	$\beta$	t	P- value
change							
วิเคราะห์ขั้นตอนที่ 1							
ระดับการศึกษา	.203	.041	13.341	1.101	.203	3.653	.000
วิเคราะห์ขั้นตอนที่ 2							
ระดับการศึกษา	.241	.058	9.470	1.037	.192	3.451	.001
เพศ				1.049	.129	2.326	.021

#### 5. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยเชิงคุณภาพ

จากการสัมภาษณ์ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) การสนทนากลุ่ม (focus group) การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (participant observation) คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 15 คน เจ้าหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนตำบลที่ทำงานด้านผู้สูงอายุ 3 คน ตัวแทนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมในวันที่ชมรมผู้สูงอายุจัดงาน ตัวแทนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง จำนวน 20 คน ตัวแทนผู้สูงอายุที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม จำนวน 20 คน ผลการค้นพบดังนี้

##### 5.1 ลักษณะทั่วไปของการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

###### 1) กิจกรรมที่มีรูปแบบ (formal activity)

กิจกรรมที่มีรูปแบบชัดเจนเป็นกิจกรรมที่จัดโดยภาครัฐร่วมกับชมรมผู้สูงอายุ โดยชมรมผู้สูงอายุก่อตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ.2543 โดยเป็นนโยบายขององค์การบริหารส่วนตำบลบ้านหม้อ ประธานชมรมมาจากการเลือกตั้ง ดำรงตำแหน่งได้ไม่เกิน 2 วาระๆละ 2 ปี การสมัครสมาชิก รับอายุ 50 -70 ปี ค่าสมัครสมาชิก 300 บาทต่อปี รับสมัครในเดือน ตุลาคม - ธันวาคมของทุกปี แต่ละปีมีผู้มาสมัครเพิ่มเติมประมาณ 10 คน ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) เพื่อนำมาจัดกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุ ปีละประมาณ 4 ครั้ง มีรายได้จากค่าสมาชิก และกิจกรรมรับบริจาคช่วยเหลือชมรมผู้สูงอายุ โดยวัตถุประสงค์ของชมรมผู้สูงอายุคือ ให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุย มีสังคม เพื่อการออกกำลังกาย เพื่อสันติภาพ การ กิจกรรม ประจำของชมรมผู้สูงอายุจัด

ปีละ 4 ครั้ง ได้แก่ กิจกรรมวันผู้สูงอายุ ในวันที่ 14 เมษายน รูปแบบของกิจกรรมปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม กิจกรรมทอดผ้าป่าชยะ ปีละ 3 ครั้ง โดยให้ผู้สูงอายุนำชยะมาส่งที่ธนาคารชยะของชุมชนก่อนวันทอดผ้าป่า 1 เดือน รายได้จากการทอดผ้าป่านำไปมอบให้ผู้ด้อยโอกาส ยากจน ให้ข้าวสาร อาหารแห้ง ซ่อมหลังคา มอบทุนการศึกษาให้เด็กจำนวน 60 ทุนต่อปี ทุนละประมาณ 1,000 บาท ขึ้นอยู่กับงบประมาณ ถ้ามีงบประมาณน้อยอาจจะเหลือทุนละ 500 บาท ในการจัดงานแต่ละครั้งจะมีการทำกิจกรรมหลากหลายตามความเหมาะสม โดยกิจกรรมประจำคือ 1) ให้ความรู้เรื่องต่างๆ หมุนเวียนกันไป ในแต่ละครั้ง 2) กิจกรรมสนทนาการ เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน ร้องรำทำเพลง โดยส่วนใหญ่จัดในวันลงทะเบียนรับเงินผู้สูงอายุ 3) การบริการ เช่น การนวด การตัดผม 4) ชิงโชค ชิงรางวัล 5) รับของแจกทุกคนที่มาประชุม 6) การศึกษาดูงาน ซึ่งดำเนินมาทุกปี แต่ไม่ได้ดำเนินการมาประมาณ 2 ปีที่ผ่านมา เนื่องจากการศึกษาดูงานเป็นการบริหารจัดการของอบต.

จำนวนสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ ประมาณ 600 คนโดยเฉลี่ย (จำนวน 6 หมู่บ้าน) โดยเป็นผู้สูงอายุของหมู่ 1 ประมาณ 80 คน หมู่ 2 ประมาณ 70 คน หมู่ 3 ประมาณ 140 คน หมู่ 4 ประมาณ 90 คน หมู่ 5 ประมาณ 150 คน หมู่ 6 ประมาณ 80 คน เกณฑ์การรับสมัครสมาชิกอายุ 50-70 ปี ค่าสมัครสมาชิก 300 บาทต่อปี สมาชิกเป็นผู้สูงอายุ 80 ปีขึ้นไปประมาณ 60 คน และสมาชิกส่วนใหญ่ อายุ 60-70 ปี ส่วนใหญ่ทำอาชีพ รับจ้าง ค้าขาย เกษตรกร ข้าราชการบำนาญ การจัดการกิจกรรมแต่ละครั้งจะมีผู้สูงอายุร่วมกิจกรรมประมาณ 200-400 คน และประมาณ 100 คน ร่วมกิจกรรมเป็นประจำ การดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเป็นการดำเนินงานร่วมกันระหว่างสมาชิกของชมรมและเจ้าหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนตำบล โดยประธานชมรมทำหน้าที่ประสาน เจ้าหน้าที่ของ อบต. จัดประชุมทำหนังสือเชิญสมาชิกมาร่วมงาน ด้านการเงินมีการเปิดบัญชีเงินฝากธนาคาร มี 3 ชื่อ คือ ประธาน เภรัญญิก และตัวแทนของสมาชิก 1 คน งานด้านเอกสารต่าง ๆ เจ้าหน้าที่ของ อบต. จำนวน 3 คน ดำเนินการให้ ปัญหาอุปสรรคของการดำเนินการของชมรมผู้สูงอายุที่พบบ่อย เช่น สมาชิกสมัครแล้วไม่มาร่วมกิจกรรม สมาชิกบางคนบอกว่า อยากมาแต่ไม่มีรถมา ไม่มีใครมาส่ง ชมรมแก้ปัญหาด้วยการทำหนังสือแจ้งว่า ถ้าไม่มีรถมาให้โทรแจ้ง อบต. จะมีคนไปรับ แต่ก็ไม่มีใครโทรมาแจ้ง

## 2) กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal Activity)

เป็นกิจกรรมที่มีผู้สนใจด้านเดียวกันมารวมตัวกัน มีทั้งรูปแบบที่ดำเนินการโดยผู้สูงอายุเอง เช่น กลุ่มเดินออกกำลังกาย กลุ่มปั่นจักรยาน กลุ่มทำกิจกรรมงานฝีมือ ชมรมเปตองหมู่ 4 กลุ่มใส่บาตรตอนเช้า หมู่ 5 ชมรมเปตองหมู่ 5 โดยการรวมตัวของกลุ่มทำกิจกรรมเหล่านี้ส่วนใหญ่สมาชิกเป็นข้าราชการบำนาญ มีทั้งผู้สูงอายุที่อยู่ในตำบลบ้านหม้อและที่อยู่ในตำบลข้างเคียง ของอำเภอเมือง

## 5.2 ปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุแบบรายบุคคลและแบบรายกลุ่มจนได้ข้อมูลที่อึดอัด ทำให้ทราบปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ ดังนี้

### 1) ปัจจัยส่วนบุคคล

ผู้สูงอายุที่อายุมาก หรือร่างกายอ่อนแอ มีโรคประจำตัวหลายโรค ช่วยเหลือตนเองได้น้อย จะไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ผู้สูงอายุบางคนอยู่บ้านคนเดียวก็บอกว่า “ไม่มีคนเฝ้าบ้าน” จึงทำให้ไม่สามารถมาร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ได้ และยังมีผู้สูงอายุที่มีภาระต้องทำ เช่น “ต้องเลี้ยงหลาน”

### 2) ปัจจัยด้านการเดินทางเข้าร่วมกิจกรรม

ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทั้งในรูปแบบของกิจกรรมที่จัดโดยชมรมผู้สูงอายุ หรือกลุ่มความสนใจต่าง ๆ บอกว่า “ยังแข็งแรง มาเองได้ ขับรถเองได้ ” บางส่วนบอกว่า “อบต. มีรถรับ-ส่งถึงบ้านก็ได้มา” สำหรับผู้สูงอายุที่มีคะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมน้อย บอกว่า “ออกมาไม่ได้ ไม่มีคนมาส่ง ไม่มีรถมารับ” มีผู้สูงอายุ 2 รายให้ข้อมูลว่า “อยากมาแต่ลูกทำงานอยู่กรุงเทพฯ ไม่มีคนพา มา ลูกไม่อยากให้มา กลัวลำบาก ถ้ามีเทศกาลสำคัญลูกก็จะมารับไปเที่ยวเลยไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม” ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมที่จัดโดยชมรมผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่อยู่ใน หมู่ 1, 2, และ 3 เนื่องจากอยู่ใกล้ที่ทำการ อบต. ซึ่งเป็นสถานที่จัดงาน “เดินทางง่าย ไม่ต้องข้ามถนนใหญ่”

### 3) ปัจจัยด้านรูปแบบกิจกรรม

- **มีของรางวัลจูงใจ** ผู้สูงอายุส่วนใหญ่บอกว่า “ ถ้ามีการแจกของ แจกเงินจะมาร่วม ” “กิจกรรมที่มีของแจกคนจะมามากกว่า” “ ไม่มีกิจกรรมใดที่จัดโดยชมรมผู้สูงอายุแล้วไม่แจกของ ” “การแจกของมีมานานแล้ว ” “ได้รับรางวัลหรือของแจกกลับบ้าน ” “เวลาจัดงานได้ของรางวัลชิ้นใหญ่ ๆ เช่น พัดลม ฝานวม ” “กิจกรรมทนายปัญหา แจกเงินคำถามละ 100 บาท ” “มีข้าวเลี้ยงหลังจบการประชุม ” กิจกรรมงานฝีมือที่ทำแล้วได้ของรางวัลกลับบ้าน เช่น กิจกรรมทำขนมจีบ ก็จะได้ขนมกลับบ้าน

- **มีเงื่อนไขของการเข้าร่วมกิจกรรม** มีผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่องบอกว่า “เข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง เพราะถ้าไม่มา จะไม่ได้ไปดูงาน ” “ต้องเข้าร่วมกิจกรรม เพราะถ้าไม่มา อาจจะได้สวัสดิการ ”

- **ลักษณะกิจกรรม** โดยพบว่ากิจกรรมที่ผู้สูงอายุสนใจส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมทางศาสนา บอกว่า “เคยมี 2 ครั้งที่นิมนต์พระนักเทศน์มาแล้วท่านเทศน์สนุก มีมุกตลก อยากให้มีกิจกรรมแบบนี้ ”

### 4) ปัจจัยด้านการประชาสัมพันธ์

การจัดงานกิจกรรมต่าง ๆ ส่วนใหญ่ทำเป็นหนังสือเชิญ การประชาสัมพันธ์ในรูปแบบอื่น ๆ เช่น การบอกปากต่อปาก รถประชาสัมพันธ์ ป้ายโฆษณา ผู้สูงอายุบอกว่า “ถ้าได้รับหนังสือเชิญ ก็มา ถ้าไม่ได้รับก็ไม่มา ”

## 5) ปัจจัยด้านสังคม

ผู้สูงอายุในสังคมเมืองที่เป็นข้าราชการบำนาญจะไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เนื่องจากมีกลุ่มสังคมของตนเองอยู่แล้ว

### 5.3 ความต่อเนื่องของการเข้าร่วมกิจกรรม

ผู้สูงอายุเสนอแนะลักษณะกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ดังนี้

- 1) มีกิจกรรมที่หลากหลาย สนุกสนาน เช่น ประมูลของ พังธรรมดา นั่งสมาธิ ศึกษาศรณะ กิจกรรมที่เป็นสังคมออนไลน์
- 2) ไม่อยากทำกิจกรรมเดิม ๆ รับประทานอาหารเดิม ๆ
- 3) อยากทำกิจกรรมที่ได้ไปท่องเที่ยว ดูงานที่อื่น ได้นอนค้างคืน
- 4) อยากให้จัดกิจกรรมที่สามารถมาได้ทุกเพศ ทุกวัย เพื่อลูกหลานจะได้มาร่วมกิจกรรมด้วยกัน

## บทที่ 5

### การอภิปรายผล

จากผลการวิจัยที่ค้นพบสามารถนำมาวิเคราะห์และนำเสนอในประเด็นที่มีความสำคัญได้ดังนี้

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับน้อย แตกต่างจากการศึกษาของ ชญาณี ไมเออร์ (ชญาณี ไมเออร์, 2552) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการศึกษานี้เก็บข้อมูลเฉพาะผู้สูงอายุของตำบลบ้านหม้อ จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งเป็นสังคมที่มีความเฉพาะเจาะจง แต่กิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมมากที่สุดเป็นกิจกรรมทางศาสนา การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า กิจกรรมทางศาสนาจะเป็นที่สนใจของผู้สูงอายุมากกว่าด้านอื่น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชญาณี ไมเออร์ ที่พบว่ามีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนามากที่สุด (ชญาณี ไมเออร์, 2552) สอดคล้องกับการศึกษาของ จริญญา วงษ์พรหม และคณะ ผู้สูงอายุมีความสุขความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมที่สามารถสนองต่อคุณภาพชีวิตใน 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา (จริญญา วงษ์พรหม และคณะ, 2558)

ปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า ระดับการศึกษามีอิทธิพลต่อมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ( $\beta = 0.203, p < .0001$ ) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการศึกษาสูง ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มของข้าราชการเมื่อถึงวัยเกษียณจึงอยากมีเพื่อนมาร่วมกันทำกิจกรรมเพื่อความสนุกสนาน เพื่อการมีสุขภาพที่ดี มีสังคมทั้งสังคมเดิมและสังคมใหม่ รวมถึงการรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ทั้งนี้การศึกษาและเพศสามารถร่วมทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = 0.129, p < .05$ ) นอกจากนี้การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพยังพบปัจจัยส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมทางศาสนาจะเป็นที่สนใจของผู้สูงอายุมากกว่าด้านอื่น ๆ ตัวอย่างเช่น การนิมนต์พระนักเทศน์ ที่เทศน์แบบสนุกสนาน ตลก กิจกรรมนั่งสมาธิ ศึกษารธรรมะ การเดินทางเข้าร่วมกิจกรรม หากการเดินทางสะดวก มีการรับ-ส่ง จะช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมได้ รูปแบบกิจกรรม โดยกิจกรรมที่มีของรางวัลจูงใจ มีของแจกทำให้ผู้สูงอายุอยากเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าการไม่มีของแจก การมีเงื่อนไขที่เกี่ยวข้อง เช่น มีผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่องอาจจะมีสิทธิในการได้ไปสัมมนาต่างจังหวัดและได้รับสวัสดิการที่ดีกว่า หากต้องการให้ผู้สูงอายุมาร่วมกิจกรรมต้องทำหนังสือเชิญเข้าร่วมกิจกรรม การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวด้วยการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับทุกวัย บุตรหลานสามารถร่วมกิจกรรมกับผู้สูงอายุได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ วรานิษฐ์ โชคนิธิรินทร์ ที่พบว่าการดำเนินการจัดกิจกรรมทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุควรมีการจัดตั้งเป็นสมาคมผู้สูงอายุ และชมรมผู้สูงอายุ มีการกำหนดนโยบายและแผนงานที่ชัดเจนของภาครัฐและปัจจัยที่สำคัญคือการสนับสนุนจากชุมชนและครอบครัว (วรานิษฐ์ โชคนิธิรินทร์, 2558) สอดคล้องกับการศึกษาของ ชนะสมักรการ และสุพัฒนา คำสอนที่พบว่า การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ



มากขึ้น ควรสนับสนุนผู้สูงอายุให้รับรู้ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ มีทัศนคติต่อชมรมผู้สูงอายุที่ถูกต้อง (ชนะ สมัครการ และสุพัฒนา คำสอน, 2559)

ปัจจัยขัดขวางการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น ความสูงอายุ การมีภาระงานที่ต้องทำ ต้องเลี้ยงหลาน เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรม สอดคล้องกับการศึกษาของ ชญานี ไมเออร์ ปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล ปัจจัยด้านตนเอง ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคม และปัจจัยด้านบทบาทเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม (ชญานี ไมเออร์, 2552)

### ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะรูปแบบการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องมีรายละเอียดดังนี้

1. มีนโยบายการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ สนับสนุนด้านการเงินและบุคลากรในการพัฒนากิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ แสวงหาความร่วมมือกับภาคเอกชน องค์กรของรัฐอื่นๆ กลุ่มจิตอาสาที่ต้องการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับผู้สูงอายุ

2. รูปแบบกิจกรรมที่จัดควรมีความหลากหลายไม่ซ้ำเดิม โดยกิจกรรมหลักเป็นกิจกรรมทางศาสนาที่มีความสนุกสนานแต่ได้สาระ ได้ทำบุญ ศึกษารรรมมะ กิจกรรมผ้าป่าขยะควรคงไว้ตามเดิม เพราะเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจมากอยู่แล้ว ส่วนกิจกรรมเสริมอื่น ๆ ไม่ควรซ้ำเดิม อาจมีการสำรวจลักษณะของกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการให้จัดก่อนการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้ง อาจมีกิจกรรมท่องเที่ยว ดูงานปีละ 1 ครั้ง

3. ควรมีการจัดกิจกรรมในลักษณะของกิจกรรมสัญจร สถานที่จัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุมีหลายแห่ง กระจายตามสถานที่สำคัญต่าง ๆ ในชุมชน เพื่อช่วยแก้ปัญหาความลำบากในการเดินทางของผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุทุกคนได้มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรม

4. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการบำนาญ กลุ่มผู้มีการศึกษาสูง เข้าร่วมกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุมากขึ้น เพื่อเป็นการส่งเสริมความมีคุณค่าของกลุ่มคนที่มีศักยภาพ ได้ใช้องค์ความรู้ที่มีแบ่งปันกับผู้สูงอายุอื่น ๆ

5. สร้างเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ระหว่างชมรมผู้สูงอายุกับกลุ่มความร่วมมือต่าง ๆ ที่ทำกิจกรรมทางสังคมในลักษณะที่ไม่มีรูปแบบ เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความสำเร็จของการจัดกิจกรรมต่าง ๆ

6. โครงสร้างของกรรมการชมรมผู้สูงอายุควรประกอบไปด้วยผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนเมืองและชนบท มีความหลากหลายของเพศ การศึกษา เพื่อจะได้ทราบความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุ

รูปภาพที่ 1 แสดงรูปแบบการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ต. บ้านหม้อ



### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. มีนโยบายการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ สนับสนุนงบประมาณและบุคลากรในการพัฒนากิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ แสวงหาความร่วมมือกับภาคเอกชน องค์กรของรัฐอื่นๆ กลุ่มจิตอาสาที่ต้องการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับผู้สูงอายุ
2. รูปแบบกิจกรรมที่จัดควรมีความหลากหลาย โดยกิจกรรมหลักเป็นกิจกรรมทางศาสนาที่มีความสนุกสนานแต่ได้สาระ ได้ทำบุญ ศึกษาธรรมะ กิจกรรมผ้าป่าขยะควรคงไว้ตามเดิมเพราะเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจมากอยู่แล้ว ส่วนกิจกรรมเสริมอื่น ๆ ไม่ควรซ้ำ อาจมีการสำรวจลักษณะของกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการให้จัดก่อนการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้ง มีกิจกรรมท่องเที่ยว ดูงานปีละ 1 ครั้ง
3. ควรมีการจัดกิจกรรมในลักษณะของกิจกรรมสัญจร สถานที่จัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุมีหลายแห่ง กระจายตามสถานที่สำคัญต่าง ๆ ในชุมชน เพื่อช่วยแก้ปัญหาความลำบากในการเดินทางของผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุทุกคนได้มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรม
4. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการบำนาญ กลุ่มผู้มีการศึกษาสูง เข้าร่วมกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุมากขึ้น เพื่อเป็นการส่งเสริมความมีคุณค่าของกลุ่มคนที่มีศักยภาพ ได้ใช้องค์ความรู้ที่มีแบ่งปันกับผู้สูงอายุอื่น ๆ
5. สร้างเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ระหว่างชมรมผู้สูงอายุกับกลุ่มความร่วมมือต่าง ๆ ที่ทำกิจกรรมทางสังคมในลักษณะที่ไม่มีรูปแบบ เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความสำเร็จของการจัดกิจกรรม ต่าง ๆ
6. โครงสร้างของกรรมการชมรมผู้สูงอายุควรประกอบไปด้วยผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนเมืองและชนบท มีความหลากหลายทางเพศ การศึกษา เพื่อจะได้ทราบความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุ

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

ควรทำการวิจัยเสริมพลังแกนนำผู้สูงอายุในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดความยั่งยืนของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม โดยใช้กระบวนการ participation action research (PAR)

### กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่ได้กรุณาส่งเสริมและสนับสนุนงบประมาณในการวิจัยครั้งนี้

## เอกสารอ้างอิง

- จรัญญา วงษ์พรหม, คีรีบุณ จงวุฒิเวศย์, นวลฉวีประเสริฐสุข และนิรันดร์ จงวุฒิเวศย์. (2558) การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ. **วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยศิลปากร**; 8 (3) : 41-54.
- ชญาณี ไมเออร์. (2552) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในจังหวัดปทุมธานี. **วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี**; 6 (1) : 92-109
- ชนะ สมัครการ และ สุพัฒนา คำสอน. (2559) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุของผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหนองยาง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร. **นเรศวรวิจัย ครั้งที่ 12: วิจัยและนวัตกรรมกับการพัฒนาประเทศ**; 12(1) : 758-768.
- ฤทัยชนก จริงจิตร. (2554). **แนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของโลกและผลกระทบต่อภาคเศรษฐกิจ**. กรุงเทพฯ: สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์การพาณิชย์.
- วรานิชัฐ โชนิธิ์นิรันดร์. (2558) ปัจจัยสนับสนุนการมีส่วนร่วมด้านกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในกรุงโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น. เข้าถึงได้จาก:  
<http://www.western.ac.th/media/attachments/2017/09/13/elder3.pdf>.  
 [เข้าถึงเมื่อ 25 มิถุนายน 2561].
- สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2557). **ประชากรสูงอายุไทย: ปัจจุบันและอนาคต**. กรุงเทพฯ: ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2557). **สารสถิติ**. กรุงเทพฯ: สำนักสถิติพยากรณ์.
- สำนักงานสถิติ จังหวัดเพชรบุรี. (2559). เข้าถึงได้จาก:  
[http://phetburi.nso.go.th/index.php?option=com\\_content&view=article&id=190:-4-&catid=83:2011-10-11-07-22-06&Itemid=435](http://phetburi.nso.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=190:-4-&catid=83:2011-10-11-07-22-06&Itemid=435)
- Atchley, R.C. (1997). **Activities and lifestyles. Social forces and aging (8<sup>th</sup> ed.)**. Belmont, CA: Wadsworth.
- Ebersole and Hess. (1985). **Gerontological nursing and healthy aging**. St. Louis: Mosby.
- Lemon, B.W., Bengston, V.L., & Peterson, J.A. (1972). An exploration of the activities theory of aging: Activity types and life-satisfaction among in-moves to retirement community. **Journal of Gerontology**. 27(4), 511-523.

## ภาคผนวก ก. บทสรุปผู้บริหาร

## บทสรุปผู้บริหาร

**๑. ชื่อเรื่อง** ภาษาไทย รูปแบบการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี

ภาษาอังกฤษ Social Activities Participation model of Older Person  
in Ban Mor Sub-district, Muang District, Phetchaburi province.

## ๒. รายชื่อนักวิจัย

๒.๑ หัวหน้าโครงการวิจัย นางจิตรรดา พงศธราริก สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

๒.๒ ผู้ร่วมวิจัย

๑) วีรยุทธ ศรีทุมสุข สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

๒) ณัฐกร นิลเนตร สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

๓) บุญตา กลิ่นมาลี สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

๔) บวรจิต เมธาทธิ สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

๕) อรุณรัตน์ หวังถนอม เจ้าหน้าที่องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านหม้อ อ. เมือง จ. เพชรบุรี

## ๓. ความเป็นมา

ยุคโลกาภิวัตน์ในปัจจุบันส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตและโครงสร้างทางสังคมและประชากรในทุกประเทศทั่วโลก ซึ่งกลายเป็นปัญหาสำหรับทุกประเทศ โดยเฉพาะกลุ่มประเทศกำลังพัฒนา ประเทศในทวีปเอเชียกำลังอยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่านทางประชากรดังกล่าว โดยสัดส่วนและจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2493 มีจำนวนผู้สูงอายุ 57.6 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 4.1 ของประชากรทั้งหมดและมีแนวโน้มเพิ่มเป็น 922.7 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2593 ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 17.5 ซึ่งแนวโน้มดังกล่าวจะเพิ่มสูงขึ้นถึงร้อยละ 62 เมื่อถึงเวลานั้นทวีปเอเชียก็จะกลายเป็นทวีปที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดของโลก(สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2557) สำหรับประเทศไทยนั้นจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปีอย่างต่อเนื่อง โดยจากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ในปี 2557 พบว่า ในปี พ.ศ. 2547 มีจำนวนผู้สูงอายุร้อยละ 10 และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 15 ซึ่งถือเป็นสังคมผู้สูงอายุในปี พ.ศ. 2557 และคาดการณ์ว่าในอีก 7 ปีคือ ปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ด้วยจำนวนผู้สูงอายุร้อยละ 20 และในปี พ.ศ. 2574 จะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอดด้วยจำนวนผู้สูงอายุร้อยละ 28 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2557) ปัญหาจากการสูงขึ้นของสัดส่วนประชากรสูงอายุกระทบในวงกว้างทั้งด้านโครงสร้างประชากร กระทบต่อการพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศในระดับจุลภาคจนถึงระดับมหภาคทั้งในระยะสั้นและระยะยาว และกระทบโดยตรงต่อดัชนีผลผลิตมวลรวมของประเทศ ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ตั้งอยู่บนความเสื่อมถอยทั้งร่างกาย จิตใจและเศรษฐกิจ รวมทั้งกระทบต่อความก้าวหน้าในการพัฒนาประเทศโดยรวม แนวโน้มการพึ่งพิงของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 11.6 ในปี พ.ศ. 2533 คาดว่าจะสูงถึงร้อยละ 40.9 ในปี พ.ศ. 2573 กวาร์้อยละ 48.1 ของผู้สูงอายุป่วยเป็นความดันโลหิต ร้อยละ 26.1 มีปัญหาไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 15.9 ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 41.6 ไม่มีคู่ชีวิตดูแล ยิ่งกว่านั้นแนวโน้มของมุมมอง

เชิงลบของคนรุ่นใหม่ต่อผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น (ถทัยชนก จริงจิตร, 2554) สำหรับข้อมูลประชากร จังหวัดเพชรบุรี ประจำปี 2559 พบว่ามีจำนวนรวมทั้งสิ้น จำนวน 480,652 คน โดยมีประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปี จำนวน 65,664คน คิดเป็นร้อยละ 13.7 ของจำนวนประชากรทั้งหมด โดยจะพบว่าจำนวนผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปีมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทุกปี โดยในปี 2556 มีผู้สูงอายุร้อยละ 11.2 ของจำนวนประชากรทั้งหมด ปี 2557 มีผู้สูงอายุร้อยละ 11.5 ของจำนวนประชากรทั้งหมด ปี 2558 มีผู้สูงอายุร้อยละ 11.9 ของจำนวนประชากรทั้งหมด (สำนักงานสถิติ จังหวัดเพชรบุรี, 2559)

การวิจัยจำนวนมากที่เข้าไปในทิศทางที่สอดคล้องกันคือ ผู้สูงอายุประสบปัญหาด้านสุขภาพและเศรษฐกิจที่เป็นภาระของครอบครัวและสังคม และผู้สูงอายุส่วนหนึ่งต้องการการดูแล โดยเฉพาะการดูแลจากครอบครัวซึ่งถือว่าเป็นสถาบันหลักในการดูแลเกื้อกูลผู้สูงอายุ การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าผู้สูงอายุไม่เป็นเพียงผู้รับฝ่ายเดียวแต่ผู้สูงอายุเป็นทรัพยากรมนุษย์ของสังคมที่สำคัญของสังคม ซึ่งการศึกษาที่ผ่านมาพบการวิจัยเกี่ยวกับคุณค่าของผู้สูงอายุน้อยมาก ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาให้ลึกกลงไปในแง่บวก ด้านการสร้างสรรค์ ในแง่ของร่มโพธิ์ร่มไทร เพื่อแสดงคุณค่าของผู้สูงอายุที่มีต่อครอบครัว ชุมชนและสังคม เพื่อนำผลการศึกษามาเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ใช้ความสามารถที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติต่อไป และเพื่อการพัฒนาการจัดกิจกรรมทางการศึกษา ส่งเสริม สนับสนุน จูงใจให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมมากขึ้น เท่ากับเป็นการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุใน ตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ทั้งนี้เนื่องจากปัจจุบันสภาพทางสังคมของพื้นที่ดังกล่าว มีความเจริญรุ่งเรืองอุดมสมบูรณ์ มีศิลปวัฒนธรรมและเอกลักษณ์อื่น ๆ เป็นของตัวเอง มีแหล่งท่องเที่ยวแห่งการเรียนรู้ด้านต่างๆ มากมาย มีชมรมผู้สูงอายุที่ก่อตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ.2543 มีการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องอย่างน้อย ปีละประมาณ 3 ครั้ง ประชาชนในตำบลจึงมีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน ประกอบกับตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี มีลักษณะทางสังคมของความเป็นเมืองและชนบทผสมผสานกันอยู่ในพื้นที่เดียวกัน มีความหลากหลายของคนผู้คนที่ มีลักษณะเฉพาะที่ควรศึกษา นอกจากนี้ตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรีมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนนับว่าเป็นกลุ่มประชากรที่ควรได้รับความสนใจเป็นอย่างยิ่ง

#### ๔. วัตถุประสงค์

- ๑) เพื่อศึกษาลักษณะของกิจกรรมทางสังคมที่จัดขึ้นสำหรับผู้สูงอายุ ตำบลบ้านหม้อ
- ๒) เพื่อระบุมีปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
- ๓) เพื่ออธิบายลักษณะของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง
- ๔) เพื่อค้นหาปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง

## ๕. ขอบเขตการดำเนินงาน

๕.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา ได้แก่ ในการศึกษาครั้งนี้ทำการศึกษามีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุใน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารงานวิจัยต่างๆ ตลอดจนศึกษาปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในสังคมโดยวิธีการวิเคราะห์แบบผสมผสานทั้งวิธีการเชิงปริมาณ (quantitative research) เป็นข้อมูลหลักและวิธีการเชิงคุณภาพ (qualitative research) เพื่ออธิบายประกอบข้อมูลเชิงปริมาณและเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งและเชื่อถือได้ โดยที่หน่วยของการวิเคราะห์ (Unit of Analysis) อยู่ที่ระดับปัจเจกบุคคล

๕.๒ ขอบเขตด้านพื้นที่การศึกษา ได้แก่ ตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี

๕.๓ ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชากรผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี จำนวน ๑,๕๔๗ คนเนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบผสมวิธีจึงมีกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพดังนี้

๑) กลุ่มตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่างวิจัยเชิงปริมาณ โดยขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในตำบลบ้านหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ในการวิจัยครั้งนี้ คำนวณกลุ่มตัวอย่าง จากสูตรการกำหนดขนาดตัวอย่างของ ทาโรยามาเน่ ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ ๙๕ จำนวน ๓๑๒ คน

๒) กลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังนี้

๑) คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ ประธานชมรม รองประธานชมรม เภรณฤฎิก และเจ้าหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนตำบลที่ทำงานด้านผู้สูงอายุ

๒) ตัวแทนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมในวันที่ชมรมผู้สูงอายุจัดงาน (วันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๖๑) ตัวแทนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง คัดเลือกผู้ที่มีคะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในเกณฑ์มาก (จากผลข้อมูลเชิงปริมาณ) ตัวแทนผู้สูงอายุที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมทั้งที่จัดโดยภาครัฐ ชมรมผู้สูงอายุหรือองค์กรเอกชน คัดเลือกผู้ที่มีคะแนนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในเกณฑ์น้อย (จากผลข้อมูลเชิงปริมาณ)

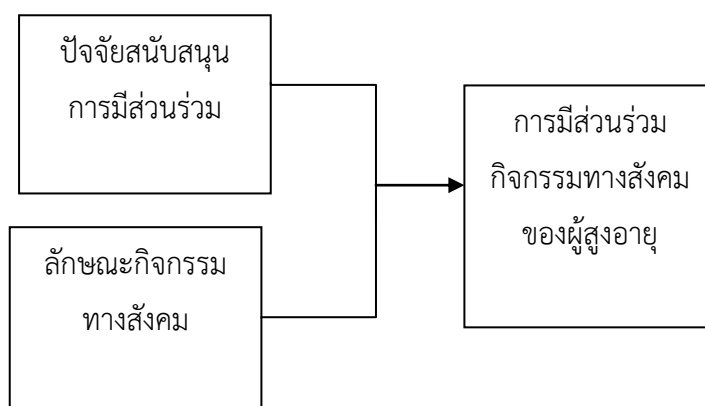
๔.๔ ขอบเขตตัวแปร ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ ลักษณะของกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ตัวแปรตาม ได้แก่ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ๔ ด้าน คือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมออกกำลังกาย การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมโดยภาพรวม

## ๖. ประเด็นหลักในการทบทวนวรรณกรรม/กรอบแนวคิดการวิจัย

ประเด็นการทบทวนวรรณกรรมได้แก่ ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ การมีส่วนร่วมในกิจกรรม การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ



## กรอบแนวความคิดของการวิจัย



### ๗. วิธีดำเนินการ

การวิจัยนี้ใช้วิธีการเชิงผสมผสาน (Mixed method) แบบอธิบายติดตาม (follow up explanatory model) โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณเป็นวิธีการหลักในการศึกษาคุณลักษณะของผู้สูงอายุ ระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถดถอยพหุแบบขั้นตอน เมื่อได้ผลการวิจัยเชิงปริมาณแล้วจึงจำแนกกลุ่มตัวอย่างที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในระดับมากและระดับน้อยเพื่อเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่ออธิบายความเพิ่มเติมผลการวิจัยเชิงปริมาณ

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดย

1. เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณในวันที่ผู้สูงอายุมารับเงินผู้สูงอายุและวันหยุดผ้าป่าขยะของชมรมผู้สูงอายุ
2. ภายหลังวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณแล้วจึงเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ด้วยการนัดหมายผู้ให้ข้อมูลในวันที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวก ดำเนินการสัมภาษณ์ในสถานที่ที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวก เช่น บ้าน ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบล

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณเป็นแบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการประมวลแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง<sup>5-8</sup> เป็นคำถามปลายปิด ประกอบด้วย 4 ส่วน โดย ส่วนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับปัจจัยลักษณะส่วนบุคคล เป็นคำถามแบบเลือกตอบและเติมคำ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ ความเพียงพอของรายได้ แหล่งที่มาของรายได้ส่วนใหญ่ และการมีโรคประจำตัว ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ เป็นคำถามแบบเลือกตอบ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกาย การมีส่วนร่วม

ร่วมในกิจกรรมทางศาสนา การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร วิเคราะห์ความเชื่อมั่นของเครื่องมือได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของแอลฟา 0.738

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยเป็นผู้สร้างเอง ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก(in depth interview) แบบสนทนากลุ่ม (focus group) และแบบสังเกตอย่างไม่มีส่วนร่วม คำถามหลักประกอบไปด้วย 1) ลักษณะของกิจกรรมต่าง ๆ ใน ต. บ้านหม้อ เป็นอย่างไร 2) กิจกรรมใดบ้างที่ท่านชอบ / ไม่ชอบ เพราะอะไร 3) ปัจจัยใดที่ทำให้ท่านเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม 4) ท่านคิดว่าควรจะทำอย่างไรถึงจะทำให้เกิดความต่อเนื่องของการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ 5) ท่านต้องการความช่วยเหลือใดบ้าง จากหน่วยงานของรัฐ / เอกชน ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การวิเคราะห์ข้อมูลโดย

1. สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistics) ใช้บรรยายปัจจัยลักษณะส่วนบุคคล ความรู้ในการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม โดยใช้การแจกแจงความถี่ (frequency) ร้อยละ (percentage) ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)

2. สถิติเชิงอนุมาน (inferential statistics) ใช้สำหรับทดสอบสมมติฐาน ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) และสถิติวิเคราะห์แบบถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (stepwise multiple regression analysis) กำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การสัมภาษณ์จนข้อมูลมีความอิ่มตัว และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการตีความหมาย

#### ๘. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยโดยสรุปที่สอดคล้องคล้อยกับวัตถุประสงค์และตัวชี้วัดของโครงการ จำแนกเป็น ๔ ส่วน ได้แก่

๘.๑ สรุปผลการวิจัย การผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในระดับน้อย กิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมมากที่สุดคือ กิจกรรมทางศาสนา ปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ ระดับการศึกษา เพศ ความสูงอายุการมีภาระงาน ปัจจัยด้านการเดินทางเข้าร่วมกิจกรรม ความสะดวกในการเดินทาง ปัจจัยด้านรูปแบบกิจกรรม มีของรางวัลจูงใจ มีเงื่อนไขของการเข้าร่วมกิจกรรม อาจทำให้ได้รับสิทธิประโยชน์ในการไปดูงานนอกสถานที่ ลักษณะกิจกรรม เป็นกิจกรรมทางศาสนา ปัจจัยด้านการประชาสัมพันธ์ การได้รับหนังสือเชิญปัจจัยด้านสังคม ผู้สูงอายุในสังคมเมืองที่เป็นข้าราชการบำนาญจะไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เนื่องจากมีกลุ่มสังคมของตนเองอยู่แล้ว

๘.๒ กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันและบทเรียนจากการดำเนินงานที่สำคัญได้แก่ กระบวนการศึกษาหาข้อมูลเชิงลึก ทำให้ทราบรากเหง้าของปัญหา

๘.๓ ข้อค้นพบในส่วนของปัจจัยเอื้อต่อความสำเร็จที่สำคัญคือ กิจกรรมทางสังคมที่ผู้สูงอายุ ตำบลบ้านหม้อมีส่วนร่วมมากที่สุด คือ กิจกรรมทางศาสนาที่มีความสนุกสนาน ได้สาระ การทำผ้าป่า ชยะ

๘.๔ นวัตกรรมองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย รูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุของตำบลบ้านหม้อ ควรมีลักษณะดังต่อไปนี้

๑) การสำรวจกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีความสนใจหรือต้องการให้จัดก่อนการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้ง

๒) สถานที่จัดกิจกรรมมีหลายแห่ง กระจายตามสถานที่สำคัญต่าง ๆ ในชุมชน เพื่อช่วยแก้ปัญหาความลำบากในการเดินทางของผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุทุกคนได้มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรม

๓) ลักษณะกิจกรรมที่สำคัญ ได้แก่ กิจกรรมหลักเป็นกิจกรรมทางศาสนาที่มีความสนุกสนาน แต่ได้สาระ ได้ทำบุญ ศึกษาธรรมะ กิจกรรมเสริมอื่น ๆ มีความหลากหลายไม่ซ้ำเดิม

๔) มีกิจกรรมท่องเที่ยว ดูงานปีละ ๑ ครั้ง

๕) มีของรางวัลจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม

๖) สร้างความเข้มแข็งของชมรมผู้สูงอายุ

## ๙. สรุป

การศึกษาในครั้งนี้ได้ข้อค้นพบที่เป็นปัจจัยสำคัญของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งช่วยในการพัฒนากิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในอนาคต

## ๑๐. อภิปราย

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่นั้นมีความแตกต่างกัน บางแห่งมีการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับสูง (ชยานี ไมเออร์, 2552) แต่สำหรับการศึกษาในครั้งนี้พบว่าผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมน้อยทั้งนี้อาจเนื่องจากการเก็บข้อมูลเฉพาะผู้สูงอายุของตำบลบ้านหม้อ จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งเป็นสังคมที่มีความเฉพาะเจาะจงกล่าวคือ มีทั้งสังคมชนบทและสังคมเมืองอยู่ในชุมชนเดียวกัน การศึกษาด้านกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจมากที่สุดพบว่ากิจกรรมทางศาสนาเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมมากกว่าด้านอื่น (ชยานี ไมเออร์, 2552, จริญญา วงษ์พรหม และคณะ, 2558) เนื่องจากทำให้มีความสุข ความสบายใจ สนองตอบต่อคุณภาพชีวิตใน ๔ มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา ด้านลักษณะของกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุมีทั้งชนิดมีรูปแบบ (formal activity) และไม่มีรูปแบบ (informal activity) โดยกิจกรรมที่มีรูปแบบส่วนใหญ่จะจัดผ่านชมรมผู้สูงอายุ (ชนะ สมัครการ และ สุพัฒนา คำสอน, 2559) ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐ เช่น องค์การบริหารส่วนตำบล โดยส่วนใหญ่จะมีตารางการทำกิจกรรมที่แน่นอนเป็นรายปี รายการกิจกรรมจะผ่านการพิจารณาจากกรรมการชมรมและหน่วยงานภาครัฐที่ให้การสนับสนุนก่อน สำหรับกิจกรรมทางสังคมนิตไม่มีรูปแบบจะเกิดจากผู้สูงอายุหรือกลุ่มผู้สูงอายุที่เคยทำงานร่วมกันหรือเป็นเพื่อนกันมาก่อน มีความสนใจในกิจกรรมเดียวกัน ลักษณะของการจัดกิจกรรมขึ้นกับความสนใจของผู้สูงอายุในขณะนั้น วัน เวลา ในการจัดกิจกรรมมีความยืดหยุ่นตามความสะดวกของผู้สูงอายุ

ปัจจัยด้านระดับการศึกษามีผลอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ โดยสามารถทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมได้ร้อยละ ๔.๑ ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูงส่วนใหญ่เป็นกลุ่มของข้าราชการเมื่อถึงวัยเกษียณจึงอยากมีเพื่อนมาร่วมกันทำกิจกรรมเพื่อความสนุกสนาน เพื่อการมีสุขภาพที่ดี มีทั้งสังคมเดิมและสังคมใหม่ รวมถึงการรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ทั้งนี้ระดับการศึกษาและเพศหญิงสามารถร่วมทำนายการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุได้ร้อยละ ๕.๘ ด้วย ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องต้องพิจารณาปัจจัยที่มีส่วนส่งเสริมทั้งหมดซึ่งควรเป็นกิจกรรมทางศาสนาร่วมกับกิจกรรมนันทนาการ เช่น การนิมนต์พระนักเทศน์ ที่เทศน์แบบสนุกสนาน ตลก กิจกรรมนั่งสมาธิ ศึกษาศรณะ การเดินทางเข้าร่วมกิจกรรมมีความสะดวกสบาย อาจมีการรับ-ส่ง หรือสถานที่จัดกิจกรรมต้องไม่ไกลเกินไป มีการหมุนเวียนสถานที่จัดไปตามสถานที่สำคัญต่าง ๆ ในชุมชนซึ่งจะช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมได้ รูปแบบกิจกรรมที่มีของรางวัลจูงใจ มีของแจกทำให้ผู้สูงอายุอยากเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าการไม่มีของแจก การมีเงื่อนไขที่เกี่ยวข้อง เช่น ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่องอาจจะมีสิทธิในการได้ไปสัมมนาต่างจังหวัดและได้รับสวัสดิการที่ดีขึ้น การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวด้วยการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับทุกวัย บุตรหลานสามารถมาร่วมกิจกรรมกับผู้สูงอายุได้ การสนับสนุนผู้สูงอายุและครอบครัวรับรู้ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ มีทัศนคติต่อชมรมผู้สูงอายุที่ถูกต้อง จะช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมได้ (ชนะ สมัครการ และ สุพัฒนา คำสอน, 2559) นอกจากนี้กรณีการจัดกิจกรรมชนิดมีรูปแบบควรทำหนังสือเชิญเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความมั่นใจว่าสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องนั้นนอกเหนือจากการสนับสนุนปัจจัยส่งเสริมแล้วยังต้องลดหรือมีการบริหารจัดการปัจจัยขัดขวางด้วย ซึ่งจากการศึกษานี้พบว่าปัจจัยส่วนบุคคล (ชญาณี ไมเออร์, 2552) เช่น ความสูงอายุ การมีภาระงานที่ต้องทำ ต้องเลี้ยงหลาน เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรม อย่างไรก็ตามการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม สนับสนุนการมีเพื่อนรุ่นเดียวกันหรือต่างรุ่นจะทำให้ผู้สูงอายุมีความอบอุ่นและรู้สึกถึงคุณค่าของตนแนวทางการดูแลผู้สูงอายุควรเน้นให้เหมาะสมกับความต้องการและศักยภาพของผู้สูงอายุในแต่ละบริบทซึ่งมีปัจจัยแตกต่างกัน ควรจัดให้มีการรวมกลุ่มทางสังคม สร้างการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนโดยเฉพาะครอบครัว ให้มีบทบาทในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุต่อไป

## ๑๑. ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. มีนโยบายการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ สนับสนุนงบประมาณและบุคลากรในการพัฒนากิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ แสวงหาความร่วมมือกับภาคเอกชนองค์กรของรัฐอื่นๆ กลุ่มจิตอาสาที่ต้องการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับผู้สูงอายุ
2. รูปแบบกิจกรรมที่จัดควรมีความหลากหลาย โดยกิจกรรมหลักเป็นกิจกรรมทางศาสนาที่มีความสนุกสนานแต่ได้สาระ ได้ทำบุญ ศึกษาศรณะ กิจกรรมผ้าป่าขยะควรคงไว้ตามเดิมเพราะเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจมากอยู่แล้ว ส่วนกิจกรรมเสริมอื่น ๆ ไม่ควรซ้ำ อาจมีการสำรวจ

ลักษณะของกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการให้จัดก่อนการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้ง มีกิจกรรมท่องเที่ยว ดูงานปีละ 1 ครั้ง

3. ควรมีการจัดกิจกรรมในลักษณะของกิจกรรมสัญจร สถานที่จัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุมีหลายแห่ง กระจายตามสถานที่สำคัญต่าง ๆ ในชุมชน เพื่อช่วยแก้ปัญหาความลำบากในการเดินทางของผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุทุกคนได้มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรม

4. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการบำนาญ กลุ่มผู้มีการศึกษาสูง เข้าร่วมกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุมากขึ้น เพื่อเป็นการส่งเสริมความมีคุณค่าของกลุ่มคนที่มีศักยภาพ ได้ใช้องค์ความรู้ที่มีแบ่งปันกับผู้สูงอายุอื่น ๆ

5. สร้างเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ระหว่างชมรมผู้สูงอายุกับกลุ่มความร่วมมือต่าง ๆ ที่ทำกิจกรรมทางสังคมในลักษณะที่ไม่มีรูปแบบ เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความสำเร็จของการจัดกิจกรรมต่าง ๆ

6. โครงสร้างของกรรมการชมรมผู้สูงอายุควรประกอบไปด้วยผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนเมืองและชนบท มีความหลากหลายทางเพศ การศึกษา เพื่อจะได้ทราบความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุ

**ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป**

ควรทำการวิจัยเสริมพลังแกนนำผู้สูงอายุในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดความยั่งยืนของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม โดยใช้กระบวนการ participation action research (PAR)

ภาคผนวก ข  
เอกสารนำผลงานวิจัยหรืองานสร้างสรรค์ไปใช้  
ประโยชน์



หนังสือขอบคุณที่อนุเคราะห์ข้อมูลงานวิจัย (ตามเอกสารแนบ)



# ภาคผนวก ค. ภาพกิจกรรมการดำเนินงานวิจัย



