รายงานการวิจัย

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

Factors affecting happiness of the elder in Kaoseng, Mueang District Songkhla Province

กุลธีรา ทองใหญ่ Kulteera Thongyai

คณะบริหารธุรกิจ

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

งบประมาณเงินรายได้ประจำปี พ.ศ.2559

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

กุลธีรา ทองใหญ่[1]

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุและเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 167 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ แบบสอบถาม โดยแบ่งการวิเคราะห์เป็น 2 ส่วน คือ การวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา โดยการหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความถี่ และค่าร้อยละและการวิเคราะห์โดยใช้สถิติอนุมาน เพื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติทดสอบที (t-test) และวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ โดยสมการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ผลการวิจัยพบว่า การวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 6 ด้าน โดยภาพรวมพบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตในระดับมาก ด้านที่มากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบจากคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทุกด้าน คือด้านสภาพร่างกาย และผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยภาพรวมพบว่า ผู้สูงอายุมีความสุขในชีวิตในระดับมาก และผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุที่มีปัจจัยส่วนบุคคลจำแนกตามความเพียงพอของรายได้ ภาวะการออม การเข้าร่วมกิจกรรม ที่แตกต่างกันส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ พบว่าปัจจัยคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ คือ ปัจจัยด้านสภาพอารมณ์และปัจจัยด้านสภาพความเป็นอยู่ โดยทั้งสองปัจจัยมีอิทธิพลเชิงบวกต่อความสุขของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ :ความสุข, ผู้สูงอายุ

[1]คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

Factors affecting happiness of the elder in Kaoseng, Mueang District Songkhla Province

Kulteera Thongyai[1]

Abstract

This research on Factors affecting happiness of the elder in Kaoseng, Mueang District Songkhla Province aimed to present: living of the elder and factors affecting happiness of the elder in Kaoseng, Mueang District Songkhla Province. The samples were the elder living in Kaoseng, Mueang District Songkhla Province and They were over 60 years old. The samples were 167 people. This samples were drawn by using purposive sampling method. This research was processed with questionnaire for collecting data and analyzed by descriptive statistics including mean, standard deviation, frequency, percentage and inferential statistics including t-test and Multiple Regression Analysis. The results of this study showed that analysis of quality of life found that the overall elder 's quality of life was at high level. The highest quality of life was physical condition. The results of elder 's happiness analysis found that the overall happiness of elder was at high level. The results of personal factors comparison affecting happiness of the elder found that sufficiency of income, saving and participation ,which were different, differently affected to happiness of the elder with statistically significant at the 0.05 level. The results of factors analysis affecting happiness of the elder found that factors affecting happiness of the elder were emotion factor and livelihood factor. The both of factors had effect to happiness of the elder with statistically significant at the 0.05 level. They showed statistically significant positive relationship.

Keywords: Happiness, Elder

[1]Faculty of Business Administration ,Rajamangala University of technology Srivijaya

กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งอำเภอเมืองจังหวัดสงขลาฉบับนี้ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย งบประมาณเงินรายได้ประจำปี พ.ศ.2559ผู้วิจัยจึงขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงต่อการสนับสนุนโครงการวิจัยเรื่องนี้ มา ณ ที่นี้

ผู้วิจัย

กุมภาพันธ์ 2560

สารบัญ

	หน้า
สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	2
ขอบเขตการวิจัย	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	4
แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	4
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	15
กรอบแนวคิดในการวิจัย	18
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	19
ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย	19
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	20
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	20
การรวบรวมข้อมูล	21
การวิเคราะห์ข้อมูล	21
บทที่ 4 ผลการวิจัย	22
ส่วนที่ 1ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา	23
ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติอนุมาน	37

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	43
สรุปผลการวิจัย	43
ข้อเสนอแนะ	45
เอกสารอ้างอิง	46
ภาคผนวก	47
ภาคผนวก ก แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย	48
ภาคผนวก ข ผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ	55
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	72

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ	23
2	จำนวนและลำดับข้อมูลโรคหรือภาวะเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ	27
3	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในภาพรวม	28
4	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพอารมณ์	29
5	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	30
6	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม	31
7	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพความเป็นอยู่	32
8	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพร่างกาย	33
9	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง	34

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
10	ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ	35
11	ปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา	37
12	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างปัจจัยด้านคุณภาพชีวิต	40
13	การตรวจสอบปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา	41
14	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์การถดถอยของปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา	41

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดการวิจัยปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา	18

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. 2550 เป็นต้นมา (สำนักงานสถิติแห่งชาติในปี พ.ศ. 2551) การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลกระทบโดยตรงต่อสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งวงการแพทย์และสาธารณสุข ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุมีโรคประจำตัว และวิธีการดูแลรักษาแตกต่างไปจากประชากรกลุ่มอื่น จึงจัดให้เป็นกลุ่มที่มีภาวะเสี่ยงทางสุขภาพสูง นอกจากการเสื่อมของสภาพร่างกายแล้ว การสูญเสียสถานภาพและบทบาททางสังคมยังส่งผลโดยตรงต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ จากข้อมูลด้านสาธารณสุขพบว่า ผู้สูงอายุยังพบปัญหาสมองเสื่อม ซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย ดังนั้นเมื่อเกิดการเจ็บป่วยทำให้ค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาสุขภาพสูงกว่าประชากรกลุ่มวัยอื่น มีหลักฐานทางการแพทย์และงานวิจัยยืนยันว่าการส่งเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจจะช่วยชะลอการเสื่อมของร่างกายรวมทั้งเสริมสร้างพฤติกรรมดีทางด้านสุขภาพ ความรู้สึกทางบวก และสร้างเสริมกำลังใจให้กับผู้สูงอายุได้ ประกอบกับในสภาพปัจจุบันการพัฒนาประเทศมุ่งความเจริญในภาคอุตสาหกรรมและบริการ ทำให้คนชนบทหรือคนภาคเกษตรกรรมละทิ้งถิ่นฐานไปหางานทำในเมืองมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงระบบการผลิตของประเทศ จากสังคมเกษตรกรรมมาเป็นอุตสาหกรรม โดยเน้นการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศเป็นเป้าหมายสำคัญของการพัฒนา ซึ่งถือเป็นการเลียนแบบอย่างประเทศตะวันตก ขบวนการเหล่านี้ได้นำวิถีชีวิตของคนไทยนำไปสู่วัตถุนิยม คุณค่าของผู้สูงอายุดูเหมือนจะลดลงเพราะไม่สามารถทำงานอย่างที่สังคมสมัยใหม่ให้ความสำคัญได้ และลูกหลานที่เป็นสมาชิกใหม่ในครอบครัว ต้องหาทางออกที่จะมีรายได้เลี้ยงตนด้วยการย้ายบ้านหรือถิ่นที่อยู่ไปทำงานใหม่ในครอบครัว ต้องหาทางออกที่จะรายได้เลี้ยงตนด้วยการย้ายหรือถิ่นที่อยู่ไปทำงานที่อื่น คนวัยแรงงานที่อยู่ชนบทต้องเข้าเมืองมาทำงานบริการและอุตสาหกรรม คนในเมืองต้องแยกบ้านเพราะข้อจำกัดเรื่องที่อยู่อาศัย ลูกหลานต้องหาเลี้ยงชีพด้วยอาชีพ และสถานที่ทำงานต่างจากพ่อแม่ ผู้สูงอายุจำนวนมากไม่มีลูกหลานที่จะช่วยดูแลทำให้เป็นภาระของสังคมเมืองมากขึ้นเกิดครอบครัวเดี่ยวที่มีเพียง พ่อ แม่ ลูก ส่วนคนรุ่น ปู่ ย่า ตา ยาย ถูกละทิ้งให้อยู่ตามลำพัง ซึ่งส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจผู้สูงอายุโดยตรง จากเหตุการณ์ดังกล่าวจึงเกิดความจำเป็นที่จะต้องให้ความช่วยเหลือและคุ้มครองสวัสดิภาพของผู้สูงอายุ

ชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เป็นชุมชนที่มีสัดส่วนของผู้สูงอายุค่อนข้างสูงเมื่อเปรียบเทียบกับสัดส่วนของคนวัยแรงงาน และพบว่าผู้สูงอายุบางส่วนป่วยเป็นโรคเรื้อรัง ในอดีตประชากรส่วนใหญ่มีการทำประมง และมีการอยู่รวมกันเป็นครอบครัวใหญ่ แต่การประกอบอาชีพประมงอย่างเดียวไม่สามารถตอบสนองความต้องการของประชากรในชุมชนได้ จึงส่งผลให้คนวัยแรงงานจำเป็นที่จะต้องเข้ามาทำงานเพื่อหารายได้มาจุนเจือครอบครัว ทำให้ต้องละทิ้งผู้สูงอายุให้อยู่เพียงลำพัง ซึ่งทำให้เกิดปัญหาตามมามากมาย อาทิเช่น ปัญหาด้านเศรษฐกิจ ปัญหาสังคม และปัญหาด้านสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งจากที่กล่าวมาข้างต้นพบว่าจิตใจจะช่วยชะลอการเสื่อมของร่างกายรวมทั้งเสริมสร้างพฤติกรรมดีทางด้านสุขภาพ ความรู้สึกทางบวก และสร้างเสริมกำลังใจให้กับผู้สูงอายุได้ เพราะความสุขเป็นยอดปรารถนาของทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย โดยเฉพาะประชากรสูงอายุซึ่งเป็นกลุ่มที่เปราะบางและพึ่งพิงผู้อื่น ถ้าผู้สูงอายุใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ย่อมทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี และอาจมีชีวิตยืนยาวไปกว่านี้ เนื่องจากสุขภาพกายและสุขภาพใจไม่สามารถแยกจากกันได้

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงให้ความสำคัญและสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เพื่อเตรียมการดูแลผู้สูงอายุในอนาคตให้สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างมีคุณภาพ เปลี่ยนความคิดของผู้สูงอายุจากการพึ่งพิงคนอื่นมาเป็นการพึ่งพาตนเอง ตลอดจนเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างภูมิคุ้มกันให้ผู้สูงอายุให้เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าทางสังคมของท้องถิ่น และเป็นคลังสมองรวบรวมภูมิปัญญาถ่ายทอดให้คนรุ่นหลังต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ.2548 – 2551) ที่เน้นคนเป็นศูนย์กลาง เช่นเดียวกับแผนพัฒนาฉบับที่ 8 และฉบับที่ 9 ที่เสนอว่าความสุขเริ่มจากระดับบุคคลก่อนและขยายวงกว้างไปยังครอบครัว ชุมชน และสถาบันต่าง ๆ และ ระดับประเทศตามลำดับ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ 2548)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

กลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยครั้งนี้เลือกตัวอย่างโดยใช้หลักการสุ่มแบบไม่อาศัยความน่าจะเป็น (None Probability Sampling) เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน และเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling)

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความสุข (happiness) หมายถึง ความอยู่ดีมีสุขหรือมีคุณภาพชีวิตที่ดี เช่น การมีอาหาร เสื้อผ้า ยารักษาโรค มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคม มีครอบครัวอบอุ่น และการมีสุขภาพดี ของผู้สูงอายุในชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ผู้สูงอายุ (elder) หมายถึง ประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในในชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุและปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

2. หน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลจากการวิเคราะห์เป็นแนวทางในการกำหนดมาตรการเพื่อพัฒนาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุให้มีความสุขยิ่งขึ้น และส่งเสริมให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดียิ่งขึ้นอย่างยั่งยืนสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งอำเภอเมืองจังหวัดสงขลา(Factors affecting happiness of the elder in Kaoseng, Mueang District Songkhla Province) ในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมืองจังหวัดสงขลา และเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมืองจังหวัดสงขลาโดยมีแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่นำมาใช้ตามลำดับดังนี้

1. แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง
   1.1 ความหมายเกี่ยวกับความสุข
   1.2แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความสุข
   1.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. กรอบแนวคิดในการวิจัย

แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1.1 ความหมายเกี่ยวกับความสุข

ความสุขในทางพระพุทธศาสนา เกิดจากความสุขที่สัมพันธ์กับจากปัจจัยภายนอก และความสุขจากปัจจัยภายใน ความสุขจากปัจจัยภายนอก คือ ความสุขจากวัตถุที่สามารถเป็นเจ้าของได้ เช่น อาหาร เสื้อผ้า ยารักษาโรครถยนต์ ความสุขจากปัจจัยภายในหรือจิตวิญญาณเกิดจาก การปรุงแต่ง การฝึกจิต การนั่งสมาธิ ซึ่งจิตที่มีการฝึกฝนดีแล้ว จะสามารถมีภูมิต้านทานต่อความทุกข์จากปัจจัยภายนอก (พระธรรมปิฎก มปป.) ความสุขที่เป็นผลมาจากปัจจัยภายนอก หรือทั่วๆไปใช้คำว่า “ ความอยู่ดีมีสุข” หรือ “ คุณภาพชีวิต” ซึ่งเป็นรูปธรรม และวัดเชิงภาวะวิสัย (Objective) ดัชนีที่ใช้ในปัจจุบันเป็นการวัดองค์ประกอบความสุขจากปัจจัยภายนอก เช่น สุขภาพ ระดับการศึกษา การทำงาน สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สภาพครอบครัวความเป็นอยู่ สภาพความเป็นอยู่ในชุมชน (สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ 2548) ศ. นพ. ประเวศ วะสี (2548) ได้ใช้คำว่า “ ความอยู่เย็นเป็นสุข” เป็นภาพสะท้อนของสังคมที่มีความสุขจากองค์รวมของทั้งปัจจัยภายนอกและภายในความสุขในทางจิตวิทยา เป็นความรู้สึกรวมทางอารมณ์ ที่แต่ละบุคคลตัดสินว่ามีความสุขมากหรือ

น้อย ซึ่งขึ้นอยู่กับวิถีชีวิตที่กำลังดำเนินอยู่ ประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีต และทัศนะคติที่มีต่อการดำเนินชีวิต หลักการวิธีคิด ประสบการณ์ชีวิตอาจมีทั้งที่ก่อให้เกิดความสุข และความทุกข์ และระดับของความสุขและความทุกข์ขึ้นอยู่กับเราจะจดจำประสบการณ์ชีวิตนั้นได้มากหรือน้อย (Alexandrova 2005) ทฤษฎีทางจิตวิทยา เชื่อว่าระดับของความสุขของแต่ละบุคคลเป็นลักษณะที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมและเป็นคุณลักษณะที่เปลี่ยนไม่ได้ตลอดชีวิต ดังนั้นเหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นในช่วงต่างๆ ก็จะไปเพิ่มหรือลดระดับความสุขที่คงที่อยู่แล้ว อยู่ชั่วระยะหนึ่ง เมื่อระยะเวลาผ่านไป ระดับความสุขก็จะกลับไปเท่าเดิม (Kahneman 1999; Csikszentmihalyi and Jeremy 2003)

1.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความสุข

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุข

ในงานวิจัยความสุขของผู้สูงอายุพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข ได้แก่ สถานะทางสุขภาพ เศรษฐกิจและสังคม การเกื้อหนุนทางสังคมหรือการมีเครือข่ายทางสังคม (Pinquart and Soren 2000) และปัจจัยทางด้านครอบครัว แต่ตัวแปรเฉพาะเรื่องมีความแตกต่างกันบ้าง เช่น ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางการเงินพอเพียง มีโรคเรื้อรังน้อย และได้รับความเกื้อหนุนทางสังคมมากกว่ามีความรู้สึกหดหู่น้อยกว่า (Chi 1995) การมีญาติพี่น้องมาก มีการศึกษามากกว่า มีรายได้มากกว่า มีความพอใจในรูปแบบการอยู่อาศัย มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญต่อความพอใจในชีวิต (Ho et al 1995) แต่บางการศึกษาพบว่า รายได้เท่านั้นที่เป็นปัจจัยสำคัญต่อความสุขของผู้สูงอายุ (Li 1995) หรือพบว่าสภาพแวดล้อมในครอบครัว และสุขภาพ เป็นปัจจัยสำคัญ (Meng and Xiang 1997) และการได้รับบำนาญ การดูแลสุขภาพ ขนาดของครอบครัว และรูปแบบการอยู่อาศัย เป็นปัจจัยสำคัญต่อความสุขใจในชีวิต (Pei and Pillai 1999)

ความสุขทางใจของผู้สูงอายุมีความแตกต่างกันไปตามวัฒนธรรม ในสังคมตะวันตกซึ่งเป็นสังคมแบบปัจเจกชนนิยม (Individualistic Society) ความสุขของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับ การพึ่งพาตนเองได้ การควบคุมสถานการณ์ การพัฒนาตน ความพึงพอใจในชีวิต การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และการยอบรับตนเอง (Ryff 1989) สำหรับความสุขของผู้สูงอายุไทย ซึ่งอยู่ในรูปแบบสังคมตะวันออกที่มีลักษณะสังคมรวมหมู่ (Collective Society) เน้นการพึ่งพาอาศัยกัน พบว่าผู้สูงอายุไทยมีแนวคิดเกี่ยวกับความสุขใน 5 มิติ คือ 1)ความสามัคคีปรองดอง ของครอบครัวและเพื่อนบ้าน 2) การพึ่งพาอาศัยกันและกันระหว่างผู้สูงอายุและลูกหลาน รวมถึง เพื่อนบ้าน และชุมชน 3) ความสงบสุขและการยอมรับ หรือการทำใจให้มีความสุข ซึ่งเป็นผลมาจากศาสนา 4) การได้รับความเคารพ นับถือ และ 5) ความเบิกบาน การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนวัยเดียวกัน การไปวัด (จิราพร และคณะ 2543; Ingersoll-Dayton et al. 2004)

องค์ประกอบเกี่ยวกับความสุข

ความสุขเกิดจากการช่วยเหลือเกื้อหนุนกันระหว่างผู้สูงอายุกับลูกหลานในครอบครัว เช่นการติดต่อเยี่ยมเยียนซึ่งแบ่งได้ใน 2 ลักษณะคือ 1) การมาเยยี่มด้วยตัวเอง 2) ติดต่อกันทางโทรศัพท์จะทาให้ผู้สูงอายุเกิดความอบอุ่นทางจิตใจทาให้รู้สึกว่าไม่ถูกทอดทิ้ง (จิราพรเกศพิชญวัฒนา,จันทร์เพ็ญแสงเทียนฉาย, ยุพินอังสุโรจน์และ Ingersoll-Dayto, 2544: 1-16) และความพึงพอใจในงานก็เป็นองค์ประกอบที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขเช่นเดียวกันเนื่องจากบุคคลนั้นๆได้กระทำในสิ่งที่ตนเองรักพอใจกับสภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิตมีความสุขเมื่องานที่กระทำสำเร็จตามเป้าหมายและเกิดประโยชน์แก่ตนเองและบุคคลอื่น (Diener, 1984: 542-575) ดังนั้นการทำงานจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่นำมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้และยังมีองค์ประกอบที่เป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นถึงความสุขในการดำเนินชีวิตความสุขที่ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่หลากหลายการเป็นผู้มีความสุขทั้งการทำกิจวัตรประจำวันมีการติดต่อปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นมีการคิดสร้างสรรค์มีความพอใจกับสิ่งที่เข้ามาในชีวิตประจำวัน (Neugarten, Havighurst and Tobin, 1961: 134-143) สำหรับองค์ประกอบของความสุขที่เกี่ยวกับภาวะสุขภาพทั่วไปภาวะสุขภาพเป็นด้านหนึ่งของความผาสุกทางใจซึ่งอาจเกี่ยวเนื่องมาจากการทำงานของร่างกายและจิตใจมีความสัมพันธ์กัน โดยความเจ็บป่วยความผิดปกติของร่างกายความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นส่งผลกระทบต่อจิตใจโดยตรงหรือทำให้จิตใจมีความกังวลเกี่ยวกับความเจ็บป่วยที่กำลังประสบอยู่ซึ่งล้วนทำให้มีสุขภาพจิตไม่ดีหรือไม่มีความสุขตามร่างกายไปด้วย (Dupuy, 1977: 243-703) และจากแนวคิดของNeugarten and others, (1961: 134-143) พบว่าการมีอัตมโนมติ (Self concept) ซึ่งเป็นการรับรู้ว่าตนเองมีสุขภาพกายจิตและสังคมดีมีความภาคภูมิใจกับสิ่งต่าง ๆ ที่ตนเองได้ทำในสิ่งที่ประสบความสำเร็จและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและความสำคัญต่อผู้อื่นอยู่เสมอส่วนผู้ที่รู้สึกว่าตนเองอ่อนแอป่วยคนที่ไร้ความสามารถรู้สึกว่าตนเองเป็นภาระกับคนอื่นผู้ที่ดูถูกตนเองจะมีระดับความพึงพอใจในระดับต่ำ ระดับความสุขก็จะต่ำนอกจากนั้นองค์ประกอบทางอ้านอารมณ์ก็เป็นอีกองค์ประกอบหนึ่งของความสุขเช่นกันองค์ประกอบทางด้านอารมณ์แบ่งเป็น

อารมณ์ทางด้านบวกและอารมณ์ทางด้านลบซึ่งอารมณ์ด้านบวกนั้นจะมี 3 มิติดังนี้ 1) ความรู้สึกสุขใจ (joy) และความยินดี (elation) จัดเป็นมิติหลักของอารมณ์ทางด้านบวกซึ่งสัมพันธ์กับใบหน้าที่ยิ้มแย้มมีความยินดีในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นมีความรู้สึกของการยอมรับมีความมั่นใจในตนเองเป็นกันเองและมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้ 2) ความตื่นเต้น (excitement) ความสนใจ (interest) ถ้าบุคคลมีความตื่นเต้นบวกกับความยินดีก็จะเป็นความสุขที่มีระดับอารมณ์ที่เข้มข้นมากกว่าความรู้สึกสุขใจหรือความยินดีโดยบุคคลจะแสดงออกด้วยการหัวเราะ 3) ความรู้สึกซึมซับ (absorption) ความอิ่มเอิบใจ (intense joy) ความลื่นไหล (Spontaneity) เป็นมิติทางอารมณ์ที่มีระดับ

ความเข้มสูงเป็นประสบการณ์ทางอารมณ์ที่ลึกซึ้งเกิดจากการทำกิจกรรมประเภทการฟังดนตรีการอ่านหนังสือและการชื่นชมกับความงามของธรรมชาติบุคคลจะมีความสุขในระดับมิตินี้จากการได้ทุ่มเทใส่ใจอย่างเต็มที่ในงานหรือกิจกรรมยามว่างซึ่งเกี่ยวเนื่องกับการให้คุณค่ากับตนเอง)(Argyle and Martin, 1991: 77-95) นอกจากนี้อารมณ์ทางด้านบวกหมายถึงการที่บุคคลมีอารมณ์ความรู้สึกเป็นสุขกับสิ่งที่ดีรับรู้ถึงความดีงามและคุณประโยชน์ของสิ่งที่ได้กระทำในการดำเนินชีวิตของตนเอง (Diener, 1984: 542-575) อารมณ์ทางด้านลบหมายถึงการที่บุคคลมีความรู้สึกซึมเศร้าได้แก่อาการหดหู่รู้สึกเบื่อหน่ายหมดความสนุกสนานหรือบางครั้งหมดอาลัยตายอยากเป็นอาการที่อยากปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้ตนเองมีความสุข (Argyle and Martin, 1991: 77-95) และยังหมายถึงอารมณ์ความรู้สึกที่เป็นทุกข์กับสิ่งที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตเช่นเบื่อหน่ายซึมเศร้าไม่สบายใจเมื่อดำเนินชีวิตที่ผิดพลาดอยากปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น (Diener, 1984: 542-575)

1.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ความหมายของผู้สูงอายุ

คำที่ใช้เรียกบุคคลว่า คนชราหรือผู้สูงอายุนั้นโดยทั่วไปเป็นคำที่ใช้เรียกบุคคลที่มีอายุมาก ผมขาว หน้าตาเหี่ยวย่น การเคลื่อนไหวเชื่องช้า พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542 : 347) ให้ความหมายคำว่าชราว่าแก่ด้วยอายุ ชำรุดทรุดโทรม แต่คำนี้ไม่เป็นที่นิยมเพราะ ก่อให้เกิดความหดหู่ใจ และความถดถอยสิ้นหวังทั้งนี้ จากผลการประชุมของคณะผู้อาวุโส โดย พล.ต.ต. หลวงอรรถสิทธิสุนทร เป็นประธาน ได้กำหนดคำให้เรียกว่า ผู้สูงอายุ แทน ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม 2512 เป็นต้นมา ซึ่งคำนี้ให้ความหมายที่ยกย่องให้เกียรติแก่ผู้ที่ชราภาพว่าเป็นผู้ที่สูงทั้งวัยวุฒิ คุณวุฒิ และประสบการณ์

สุรกุล เจนอบรม (2541 : 6 – 7) ได้กำหนดการเป็นบุคคลสูงอายุว่า บุคคลผู้จะเข้าข่ายเป็นผู้สูงอายุมีเกณฑ์ในการพิจารณาแตกต่างกันโดยกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณาความเป็นผู้สูงอายุไว้ 4 ลักษณะดังนี้

1. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากอายุจริงที่ปรากฏ (Chronological Aging) จากจำนวนปีหรืออายุที่ปรากฏจริงตามปีปฏิทินโดยไม่นำเอาปัจจัยอื่นมาร่วมพิจารณาด้วย

2. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Physiological Aging หรือ Biological Aging) กระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้จะเพิ่มขึ้นตามอายุขัยในแต่ละปี

3. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ (Psychological Aging) จากกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สติปัญญา การรับรู้และเรียนรู้ที่ถดถอยลง

4. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากบทบาททางสังคม (Sociological Aging) จากบทบาทหน้าที่ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป การมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคล ตลอดจนความรับผิดชอบในการทำงานลดลง

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2544 :10 – 11) ได้เสนอข้อคิดเห็นของ บาร์โร และสมิธ (Barrow and Smith) ว่าเป็นการยากที่จะกำหนดว่าผู้ใดชราภาพหรือสูงอายุ แต่สามารถพิจารณาจากองค์ประกอบต่าง ๆ ได้ดังนี้คือ

1. ประเพณีนิยม (Tradition) เป็นการกำหนดผู้สูงอายุ โดยยึดตามเกณฑ์อายุที่ออกจากงานเช่น ประเทศไทยกำหนดอายุวัยเกษียณอายุ เมื่ออายุครบ 60 ปี แต่ประเทศสหรัฐอเมริกา กำหนดอายุ 65 ปี เป็นต้น

2. การปฏิบัติหน้าที่ทางร่างกาย (Body Functioning) เป็นการกำหนดโดยยึดตามเกณฑ์ทางสรีรวิทยาหรือทางกายภาพ บุคคลจะมีการเสื่อมสลายทางสรีรวิทยาที่แตกต่างกันในวัยสูงอายุ อวัยวะต่างๆ ในร่างกาย จะทำงานน้อยลงซึ่งแตกต่างกันในแต่ละบุคคลบางคนอายุ 50 ปี ฟันอาจจะหลุดทั้งปากแต่บางคนอายุถึง 80 ปี ฟันจึงจะเริ่มหลุด เป็นต้น

3. การปฏิบัติหน้าที่ทางด้านจิตใจ (Mental Functioning) เป็นการกำหนดตามเกณฑ์ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์ การจำ การเรียนรู้ และความเสื่อมทางด้านจิตใจ สิ่งที่พบมากที่สุดในผู้ที่สูงอายุคือ ความจำเริ่มเสื่อม ขาดแรงจูงใจซึ่งไม่ได้หมายความว่าบุคคลผู้สูงอายุทุกคนจะมีสภาพเช่นนี้

4. ความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self - Concept) เป็นการกำหนดโดยยึดความคิดที่ผู้สูงอายุมองตนเอง เพราะโดยปกติผู้สูงอายุมักจะเกิดความคิดว่า “ตนเองแก่ อายุมากแล้ว” และส่งผลต่อบุคลิกภาพทางกาย ความรู้สึกทางด้านจิตใจ และการดำเนินชีวิตประจำวัน สิ่งเหล่านี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามแนวความคิดที่ผู้สูงอายุนั้น ๆ ได้กำหนดขึ้น

5. ความสามารถในการประกอบอาชีพ (Occupation) เป็นการกำหนดโดยยึดความสามารถในการประกอบอาชีพโดยใช้แนวความคิด จากการเสื่อมถอยของสภาพทางร่างกายและจิตใจ คนทั่วไปจึงกำหนดว่าวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องพักผ่อนหยุดการประกอบอาชีพ ดังนั้นบุคคลที่อยู่ในวัยสูงอายุ จึงหมายถึงบุคคลที่มีวัยเกินกว่าวัยที่จะอยู่ในกำลังแรงงาน

6. ความกดดันทางอารมณ์และความเจ็บป่วย (Coping with Stress and Illness) เป็นการกำหนดโดยยึดตามสภาพร่างกาย และจิตใจ ผู้สูงอายุจะเผชิญกับสภาพโรคภัยไข้เจ็บอยู่เสมอเพราะสภาพทางร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ เริ่มเสื่อมลง นอกจากนั้น ยังอาจเผชิญกับปัญหาทางด้านสังคมอื่นๆ ทำให้เกิดความกดดันทางอารมณ์เพิ่มขึ้นอีก ส่วนมากมักพบกับผู้มีอายุระหว่าง 60 - 65 ปีขึ้นไป

นอกจากนั้น ศศิพัฒน์ ยอดเพชร ได้เสนอผลการศึกษาภาคสนามว่า การกำหนดอายุที่เรียกว่าเป็น "คนแก่" ส่วนใหญ่ระบุว่ามีอายุ 60 ปีขึ้นไป แต่บางพื้นที่มีข้อพิจารณาอื่นๆประกอบ เช่น ภาวะสุขภาพ บางคนอายุประมาณ 50 – 55 ปี แต่มีสุขภาพไม่แข็งแรงมีโรคภัยและทำงานไม่ไหว ผมขาว หลังโกง ก็เรียกว่า "แก่" บางคนมีหลานก็รู้สึกว่าเริ่มแก่ และเริ่มลดกิจกรรมเชิงเศรษฐกิจลง กลุ่มผู้สูงอายุไม่ใส่ใจต่อตัวเลขอายุ แต่พิจารณาตัดสินจากองค์ประกอบเช่น สภาพร่างกาย ปวดเอว ปวดตามข้อ เดินไปไกล ๆ ไม่ไหว ทำงานหนักไม่ค่อยได้ เหนื่อยง่าย ไม่มีแรง เป็นต้น

จากความหมาย ผู้สูงอายุ ที่นักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึง สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และจิตใจไปในทางที่เสื่อมลง มีบทบาททางสังคม และกิจกรรมในการประกอบอาชีพลดลง

การแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุ

จากการกำหนดว่า บุคคลที่อายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นผู้สูงอายุ ชูศักดิ์ เวชแพทย์ (2531 : 27) ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนตะวันออก(2543 : 8) ได้เสนอข้อมูล ขององค์การอนามัยโลก โดย อัลเฟรด เจ คาห์น (Professor Dr. Alfred J. Kahn) แห่งมหาวิทยาลัยโคลัมเบียมีการแบ่งเกณฑ์อายุตามสภาพของการมีอายุเพิ่มขึ้น ในลักษณะของการแบ่งช่วงอายุที่เหมือนกัน คือ

1. ผู้สูงอายุ (Elderly) มีอายุระหว่าง 60 – 74 ปี
2. คนชรา (old) มีอายุระหว่าง 75 – 90 ปี
3. คนชรามาก (Very old) มีอายุ 90 ปีขึ้นไป

ยูริค และคนอื่นๆ (Yuriek and others .1980 : 31) เสนอการแบ่งช่วงอายุของผู้สูงอายุตามสถาบันผู้สูงอายุแห่งชาติ (National Institute of Aging) ประเทศสหรัฐอเมริกา เป็น 2 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มผู้สูงอายุวัยต้น (Young - Old) มีอายุ 60 – 74 ปี
2. กลุ่มผู้สูงอายุวัยปลาย (Old - Old) มีอายุ 75 ปีขึ้นไป

ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคตะวันออก (2543 : 8)ได้เสนอข้อมูลการแบ่งช่วงอายุผู้สูงอายุของประเทศไทย ดังนี้

1. อายุตั้งแต่ 60–69 ปี
2. อายุตั้งแต่ 70–79 ปี
3. อายุ 80 ปีขึ้นไป

จากข้อมูลการจัดเกณฑ์ช่วงอายุของผู้สูงอายุที่นักวิชาการ องค์การ หน่วยงาน กำหนดไว้นั้น สรุปได้ว่าการแบ่งช่วงอายุของผู้สูงอายุ ค่อนข้างใกล้เคียงกัน ผู้วิจัยกำหนดใช้การแบ่งช่วงอายุแบบของประเทศไทย ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ คือ ช่วงอายุตั้งแต่ 60 – 69 ปี

การเปลี่ยนแปลงวัยผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงวัยในผู้สูงอายุ ได้มีผู้ศึกษาและอธิบายถึงสภาพของการเปลี่ยนแปลงวัยผู้สูงอายุที่มีผลจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการเสื่อมโทรมของร่างกาย ทั้งนี้ วันเพ็ญ วงศ์จันทรา (2539 : 10) ได้เสนอสภาพปัญหาของผู้สูงอายุที่มีผลจากการเปลี่ยนแปลง 3 ประการใหญ่ ได้แก่

1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จำแนกออกตามระบบของร่างกายได้ ดังนี้

1.1 ระบบผิวหนัง ผิวหนังบางลง เพราะเซลล์ผิวหนังมีจำนวนลดลงเซลล์ที่เหลือเจริญช้าลง อัตราการสร้างเซลล์ใหม่ลดลง

1.2 ระบบประสาทและระบบสัมผัส เซลล์สมอง และเซลล์ประสาท มีจำนวนลดลง ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก จำนวนและขนาดเส้นใยของเซลล์กล้ามเนื้อลดลง มีเนื้อเยื่อพังพืดเข้ามาแทนที่มากขึ้น

1.3 ระบบการไหลเวียนโลหิต หลอดลม ปอดมีขนาดใหญ่ขึ้น ความยืดหยุ่นของเนื้อปอดลดลง

1.4 ระบบทางเดินอาหาร ฟันของผู้สูงอายุไม่แข็งแรงเคลือบฟันเริ่มบางลง เซลล์สร้างฟันลดลง ฟันผุง่ายขึ้น ผู้สูงอายุไม่ค่อยมีฟันเหลือต้องใส่ฟันปลอมทำให้การเคี้ยวอาหารไม่สะดวกต้องรับประทานอาหารอ่อนและย่อยง่าย

1.5 ระบบทางเดินปัสสาวะและระบบสืบพันธุ์ ผู้สูงอายุมีขนาดของไตลดลงการไหลเวียนโลหิตในไตลดลง ในเพศชาย ต่อมลูกหมากโตขึ้น ทำให้ปัสสาวะลำบาก ต้องถ่ายบ่อยลูกอัณฑะเหี่ยวเล็กลง และผลิตเชื้ออสุจิได้น้อยลง ส่วนในเพศหญิง รังไข่จะฝ่อเล็กลง ปีกมดลูกเหี่ยว มดลูกมีขนาดเล็กลง

1.6 ระบบต่อมไร้ท่อ ต่อมใต้สมองจะมีการเปลี่ยนแปลงรูปร่าง และทำงานลดลง ผู้สูงอายุจะเกิดอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหารและน้ำหนักลดลง

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ จะมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเนื่องจากความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย การสูญเสียบุคคลใกล้ชิด การแยกไปของสมาชิกในครอบครัว และการหยุดจากงานที่ทำอยู่เป็นประจำ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

3. การเปลี่ยนแปลงทางสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสังคมนั้นเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องประสบ ภาระหน้าที่ และบทบาทของผู้สูงอายุจะลดลง มีข้อจำกัดทางร่างกายทำให้ความคล่องตัวในการคิด การกระทำ การสื่อสาร สัมพันธภาพทางสังคมมีขอบเขตจำกัดความห่างเหินจากสังคมมีมากขึ้น ความมีเหตุผล และการคิดเป็นไปในทางลบเพราะ สังคมมักจะประเมินว่า ความสามารถในการปฏิบัติลดลง ถึงแม้ว่าจะมีผู้สูงอายุบางคนแสดงให้เห็นว่าความมีอายุ มิได้เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินบทบาท และหน้าที่ทางสังคมก็ตาม

กรมการศึกษานอกโรงเรียน (2541 : 37-38) ได้นำเสนอข้อมูลการเปลี่ยนแปลงวัยของผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ด้านร่างกายเซลล์ในร่างกายมนุษย์มีการเจริญและเสื่อมโทรมตลอดเวลา โดยในผู้สูงอายุมีอัตราการเสื่อมโทรมมากกว่าการเจริญ ทั้งนี้การเสื่อมโทรมทางจิตจะทำให้มีความรู้สึกว่าโดดเดี่ยวอ้างว้าง

2. ระบบหายใจเสื่อมสภาพลงเพราะ อวัยวะในการหายใจเข้า ออกลดความสามารถในการขยายตัว ปอดเสียความยืดหยุ่น ถุงลมแลกเปลี่ยนแก๊สลดน้อยลง ปอดรับออกซิเจนได้น้อยลง

3. ระบบการไหลเวียนเลือดหัวใจ หลอดเลือด มีเนื้อเยื่ออื่นมาแทรกมากขึ้นทำให้การสูบฉีดเลือดของหัวใจไม่แข็งแรงเหมือนเดิม มีปริมาณสูบฉีดลดลงหลอดเลือดแข็งตัว และแรงดันเลือดสูงขึ้น ส่งผลให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะลดปริมาณ

4. สติปัญญาของผู้สูงอายุสติปัญญาเริ่มเสื่อมถอยเชื่องช้าต้องใช้เวลาในการคิดวิเคราะห์ ทบทวนนานกว่าจะตัดสินใจได้การตอบโต้ทางความคิดไม่ฉับพลันทันที แต่มีเหตุผล และประสบการณ์เป็นข้อมูลพื้นฐานในการคิดและตัดสินใจแต่บางครั้งไม่กล้าตัดสินใจอะไร

5. การเรียนรู้ของผู้สูงอายุการเรียนรู้เรื่องใหม่ๆหรือเทคโนโลยีใหม่ของผู้สูงอายุเป็นไปได้ช้าต้องใช้เวลาเรียนรู้นานกว่าที่จะรู้ปรับเปลี่ยนความคิด และการกระทำได้แต่การเรียนรู้ที่มีความสอดคล้องกับประสบการณ์เดิม และความรู้เดิมที่มีอยู่จะสามารถเรียนรู้ได้รวดเร็ว

6. พฤติกรรมและธรรมชาติของผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้

6.1 ถ้าไม่มีกิจกรรมอะไรทำอยู่ว่าง ๆ จะรำคาญ และคิดฟุ้งซ่านหรืออาจจะบ่นพึมพำ

6.2 บางช่วงจะหลง ๆ ลืม

6.3 สายตาไม่ดี อ่านหนังสือที่มีขนาดอักษรตัวเล็กเกินไม่ได้และอ่านได้ไม่นา

6.4 ชอบอ่าน ฟัง ดูข่าว ความก้าวหน้าและความเป็นไปของบ้านเมืองมากกว่าบันเทิงหรือตำราวิชาการ

6.5 มีช่วงเวลาของความสนใจยาวนาน และมีสมาธิดี ถ้ามีความตั้งใจจะทำสิ่งใด

จากข้อมูลที่ศึกษา การเปลี่ยนแปลงวัยสูงอายุข้างต้น สรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงวัยสูงอายุ เป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายเริ่มเสื่อมลงไปตามอายุของผู้สูงอายุ ซึ่งสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ ความสนใจต่อสิ่งแวดล้อม ตลอดจนบทบาทหน้าที่ และสัมพันธ์ภาพทางสังคมลดลง การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลต่อการเกิดภาวะสุขภาพที่เจ็บป่วยของผู้สูงอายุ หากไม่มีวิธีป้องกัน และการจัดการภาวะสุขภาพที่เหมาะสม

ภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ

ภาวะสุขภาพสูงอายุ เป็นปรากฏการณ์ทางชีวภาพ และทางสังคมที่เกิดขึ้นในสังคมทั่วไป เมื่อสมาชิกของสังคมมีอายุมากขึ้น(สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 : 7)

ประเวศ วะสี (2543 : 4) ให้ความหมายของภาวะสุขภาพผู้สูงอายุว่า เป็นสุขภาวะที่สมบูรณ์ทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางกาย หมายถึง ร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง คล่องแคล่ว มีกำลังไม่พิการ มีเศรษฐกิจหรือปัจจัย ที่จำเป็นพอเพียง ไม่มีอุบัติภัยหรืออันตราย มีสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ คำว่า กาย ในที่นี้หมายถึง ทางภายภาพด้วย

2. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิต หมายถึง จิตใจที่มีความสุข รื่นเริง คล่องแคล่ว มีความเมตตาสัมผัสกับความงามของสรรพสิ่ง มีสติ มีสมาธิ มีปัญญา รวมถึงการลดความเห็นแก่ตัวลงไปด้วย เพราะตราบใดที่ยังมีความเห็นแก่ตัว ก็จะมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตไม่ได้

3. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดี มีครอบครัวที่อบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง สังคมมีความยุติธรรมเสมอภาค มีภราดรภาพ มีสันติภาพ มีระบบการบริการที่ดี มีความเป็นประชาสังคม

4. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตวิญญาณ (Spirtual well-being) หมายถึง สุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อทำความดีหรือจิตสัมผัสกับสิ่งที่มีคุณค่าอันสูงส่งหรือสิ่งสูงสุด เช่น การเสียสละ การมีความเมตตา การเข้าถึงพระรัตนตรัยหรือการเข้าถึงพระผู้เป็นเจ้า เป็นต้น ความสุขทางจิตวิญญาณเป็นความสุขที่ไม่ระคนอยู่กับความเห็นแก่ตัว แต่เป็นสุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อมนุษย์หลุดพ้นจากความมีตัวตน (Self transcending) จึงมีอิสรภาพ มีความผ่อนคลาย เบาสบาย มีความปีติแผ่ซ่าน มีความสุขอันประณีตและล้ำลึกหรือความสุขอันเป็นทิพย์ มีผลดีต่อสุขภาพทางกาย ทางจิต และทางสังคม

ภาวะสุขภาพของบุคคลประกอบด้วย ภาวะที่มีสุขภาพดี และภาวะเจ็บป่วยสนับสนุนหรือต่อเนื่องกันไป และเป็นประสบการณ์ตลอดชีวิตของมนุษย์ทุกคนที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ การรับรู้

ของบุคคลต่อภาวะสุขภาพนั้น จะดำเนินไปตามแกนความต่อเนื่องของภาวะสุขภาพดี และภาวะเจ็บป่วยแต่การรับรู้มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคลคือ บางคนรับรู้ว่าความเจ็บป่วยเป็นสิ่งผิดปกติเล็กน้อยและไม่เป็นอุปสรรคในการดำเนินชีวิต ดังนั้นการรับรู้ของบุคคลเหล่านี้ความเจ็บป่วย จึงเป็นภาวะปกติที่เกิดขึ้นในกระบวนการของการพัฒนา และการเจริญเติบโตขณะที่บางคนมีการรับรู้ว่าความเจ็บป่วยเป็นสิ่งที่รบกวน และคุกคามต่อชีวิตอย่างมาก ทำให้สูญเสียความเป็นบุคคล ผลที่ตามมาคือ ความกลัว ความท้อแท้ การรับรู้ต่อภาวะสุขภาพของบุคคลที่แตกต่างกันนี้มีอิทธิพลต่อกำลังใจในการต่อสู้ปัญหาที่เข้ามารบกวนชีวิตแตกต่างกันด้วย

ภาวะสุขภาพมีการเปลี่ยนแปลงไปตามระยะพัฒนาการ โดยผู้สูงอายุจะประสบกับปัญหาสุขภาพ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ผู้สูงอายุมีความรู้สึกสูญเสียอำนาจบทบาท และสถานะทางสังคม มีปัญหาสุขภาพอันเนื่องมาจากความเสื่อมถอยของร่างกาย นิยามสุขภาพจึงอาจเปลี่ยนไปตามปัญหาที่มีผลกระทบต่อการดำรงชีวิต ทั้งนี้วิไลวรรณ ทองเจริญ (2539 : 119-122) กล่าวว่า ภาวะสุขภาพดีของผู้สูงอายุ หมายถึง การมีอิสระในการปฏิบัติกิจกรรมตามความต้องการ โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น และมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ดัชนีบ่งชี้ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุจึงประกอบด้วย การมีกำลังทำในสิ่งที่ต้องการ พึ่งพาตนเองได้ในกิจวัตรประจำวัน และมองโลกในแง่ดี สามารถเผชิญกับความเป็นจริง และยอมรับในสิ่งที่ไม่สามารถกำจัดหรือแก้ไขได้ (ประคอง อินทรสมบัติ. 2539 : 2-3)

กล่าวโดยสรุปว่าภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ หมายถึง สุขภาวะที่เป็นความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ

การเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปในทางเสื่อมของผู้สูงอายุ ทำให้ประสิทธิภาพ ในการทำงานของร่างกายเสื่อมถอยไปด้วย เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุมีปัญหากับสุขภาพเพิ่มมากขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้โดยเฉพาะโรคเรื้อรังต่างๆ ดังที่ สเปค (Speake. 1989 : 93 –100) ได้กล่าวว่าผู้สูงอายุ ร้อยละ 80 จะต้องมีปัญหาทางสุขภาพอย่างน้อย 1 อย่าง จากการศึกษาของ นภาพร ชโยวรรณ มาลินี วงษ์สิทธิ์ และ จันทร์เพ็ญ แสงเทียนฉาย (2532 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผู้สูงอายุทั่วประเทศ จำนวน 3,252 คน โดยให้ผู้สูงอายุประเมินภาวะสุขภาพของตนเองพบว่า ผู้สูงอายุมีสุขภาพไม่ดีถึงร้อยละ 41 และโรคที่พบบ่อยเป็นโรคเกี่ยวกับอวัยวะของการเคลื่อนไหว และรับน้ำหนัก นอกจากนั้น สมหมาย ยาสมุทร และดาริณี สุวรรณรังสี (2532 : 71-79) ได้รวบรวมสถิติข้อมูลทั่วไป และโรคผู้สูงอายุที่โรงพยาบาลลำปาง ในปีงบประมาณ 2524-2526 พบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุเป็นโรคข้อกระดูก กล้ามเนื้ออักเสบ และปวดหลัง ทำให้ผู้สูงอายุขาดความกระฉับกระเฉง และความสามารถในการทำงานลดลง มีผลให้กิจกรรมที่เคยทำลดน้อยลงไปด้วย จากการที่ความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆของผู้สูงอายุลดลง บลูเทอร์ (Bulter. 1987 : 23-28) กล่าวถึง แนวคิดเกี่ยวกับการ

ปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน (Activity of Daily Living) ว่าได้ถูกนำมาใช้ในการประเมินภาวะสุขภาพด้านหน้าที่ของร่างกายอย่างกว้างขวาง เพราะ หากผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติกิจกรรมประจำวันได้ด้วยตนเอง จะมีความรู้สึกว่ามีสุขภาพดี และสิ่งชี้วัดเบื้องต้นของ ภาวะสุขภาพความผาสุกในผู้สูงอายุ คือ ความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันได้

คาฟเฟร (Caffrey. 1990 : บทคัดย่อ) ได้สำรวจกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย พบว่า กิจกรรมการเคลื่อนย้าย ได้แก่ การเดินไปวัดเพื่อถวายอาหารพระหรือการไปปฏิบัติธรรมในวันพระและช่วงเข้าพรรษา การเดินไปซื้อของ การเตรียมอาหาร การเลี้ยงหลาน การทำความสะอาดบ้าน การซักเสื้อผ้า การรับประทานอาหาร การกางมุ้ง การเก็บมุ้งนอน การขึ้นบันได การเข้าห้องส้วม การอาบน้ำ และการแต่งกาย มีผลต่อภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุที่ดีขึ้น นอกจากนั้น พนิษฐา พานิชาชีวกุล (2537: บทคัดย่อ) ได้พัฒนาเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต สำหรับผู้สูงอายุในชนบท โดยศึกษาผู้สูงอายุของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยในขั้นแรกจัดสนทนากลุ่ม เพื่อให้เข้าใจในความหมาย และองค์ประกอบคุณภาพชีวิต ตามความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในชนบท พบว่า ความสามารถทางกายภาพขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการอาบน้ำ การแต่งกายถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การลุกจากที่นอน การรับประทานอาหาร และ การขึ้นลงบันได สำหรับความสามารถในการดำรงชีวิตขึ้นอยู่กับพฤติกรรม การเดินไปซื้อของที่ร้านค้า การทำความสะอาดบ้านทำอาหาร การกางมุ้งเก็บมุ้งนอน การจัดการเรื่องการปลูกผักสวนครัวและการเดินไปวัด

จากหลักการ แนวทาง ข้อมูลที่ศึกษาเกี่ยวกับภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการกระทำกิจกรรมทางด้านร่างกายเพื่อให้เกิดผลกระทบต่อการพัฒนาจิตใจโดยเฉพาะ กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวร่างกายที่ถูกวิธีและสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของผู้สูงอายุจะส่งผลให้ภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ไมตรีติยะรัตนกูร (2536) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร: กรณีศึกษาผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครและศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านต่างๆได้แก่เพศอายุสถานภาพสมรสรายได้ความพอเพียงต่อการใช้จ่ายระดับการศึกษาลักษณะครอบครัวที่อาศัยสัมพันธภาพในครอบครัวสภาวะสุขภาพกายการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุการเตรียมตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในชมรสผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครกลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุใน 3 ชมรมคือชมรมผู้สูงอายุศิริราชพยาบาลชมรสผู้สูงอายุวชิรพยาบาลและชมรมทางสังคมผู้สูงอายุดินแดงโดยเป็นผู้สูงอายุที่มาร่วมกิจกรรมในชมรมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้งจำนวน 234 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นสาหรับการวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าความถี่ร้อยละค่าเฉลี่ยค่ามัธยฐานและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนและการวิเคราะห์การจำแนกพหุวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านต่างๆกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุทั้ง 3 ชมรมลักษณะทั่วไปของตัวอย่าง

ผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุมีอายุเฉลี่ย 66 ปีมีจำนวนบุตรมีชีวิตโดยเฉลี่ย 4 คนมีจำนวนบุตรที่อาศัยอยู่ด้วยโดยเฉลี่ย 1 คนมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนโดยเฉลี่ย 5 คนมีระยะเวลาที่เข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุโดยเฉลี่ย 2 ปี 8 เดือนอายุเฉลี่ยที่คิดว่าตนเริ่มแก่คือ 60 ปีผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ประกอบอาชีพมีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีอายุระหว่าง 60 - 74 ปีเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุด้วยสาเหตุเพื่อสุขภาพมีสุขภาพแข็งแรงมีสุขภาพจิตดีมีโรคประจำตัวคิดว่าตนเองแก่แล้วมีการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับสูงมีค่าใช้จ่ายที่พอเพียงและเป็นเพศหญิงผู้สูงอายุประมาณครึ่งหนึ่งมีการเตรียมตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุในระดับสูงมีรายได้ไม่เกิน 8,780 บาทต่อเดือนมีรายได้จากบุตรมีการศึกษาต่ำกว่าระดับประถมศึกษามีคู่สมรสอยู่ด้วยและอาศัยอยู่ในครอบครัวเดี่ยวจากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนและการวิเคราะห์การจำแนกพหุพบว่าความพอเพียงต่อการใช้จ่ายสภาวะสุขภาพกายและสัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์กันปานกลางกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและตัวแปรอิสระทั้ง 3 ตัวสามารถร่วมกันอธิบายการผันแปรของสุขภาพจิตของผู้สูงอายุได้ประมาณร้อยละ 33 โดยผู้สูงอายุที่มีค่าใช้จ่ายที่พอเพียงมีแนวโน้มจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่มีค่าใช้จ่ายที่ไม่พอเพียงผู้สูงอายุที่มีสภาวะสุขภาพกายแข็งแรงมีแนวโน้มจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่มีสุขภาวะ

สุขภาพกายไม่แข็งแรงและผู้สูงอายุที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวที่ดีมีแนวโน้มจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวที่ไม่ดี

ปัญญภัทรภัทรกัณฑากุล (2544) ศึกษาเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุโดยงานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับของการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ระดับความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุและความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุโดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุทั้งหมด 200 คนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามและมีผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและมีการนำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาควิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ความถี่ร้อยละ พิสัยค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและหาความสัมพันธ์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า 1) ผู้สูงอายุมีคะแนนการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\overline{X}$ = 75.96, SD = 7.10) 2) ผู้สูงอายุมีคะแนนความผาสุกทางใจอยู่ในระดับปานกลาง ($\overline{X}$ = 41.13, SD = 4.04) 3) การเข้าร่วมกิจกรมทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.553, p < 0.01$)

รศรินทร์เกรย์, ปังปอนด์รักอำนวยกิจและศิรินันท์กิตติสุขสถิต (2549) ศึกษาเรื่องความสุขบนความพอเพียง: ความมั่นคงในบั้นปลายชีวิตโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับความสุขของผู้สูงอายุทั้งปัจจัยภายนอกหรือสภาวะแวดล้อมและปัจจัยภายในทางด้านจิตใจของแต่ละบุคคลหน่วยตัวอย่างได้แก่ผู้ที่อาศัยในจังหวัดชัยนาทที่มีอายุ 55 ปีขึ้นไปจำนวน 1,036 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยายการวิเคราะห์แบบถดถอยเชิงซ้อน (Multiple regression analysis)

ผลการศึกษาพบว่าระดับของความสุขขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกประกอบด้วยการไม่มีหนี้สิน/มีหนี้สินแต่ไม่เป็นภาระการมีทรัพย์สินไว้ในครอบครองการมีครอบครัวอบอุ่นได้อยู่กับลูกการมีสุขภาพดีการอยู่ในชุมชนที่มีความไว้เนื้อเชื่อใจกันช่วยเหลือกันและมีความปลอดภัยในชีวิตซึ่งปัจจัยภายนอกนี้อาจทำให้เกิดขึ้นได้ง่ายกว่าความสุขที่มาจากภายในจิตใจของตนเองหรือความสามารถในการ ‘ทำใจ’ ให้เกิดความรู้สึกพอเพียงพอใจในสิ่งที่ตนเองมีพบว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขมากหรือน้อยในการศึกษาครั้งนี้

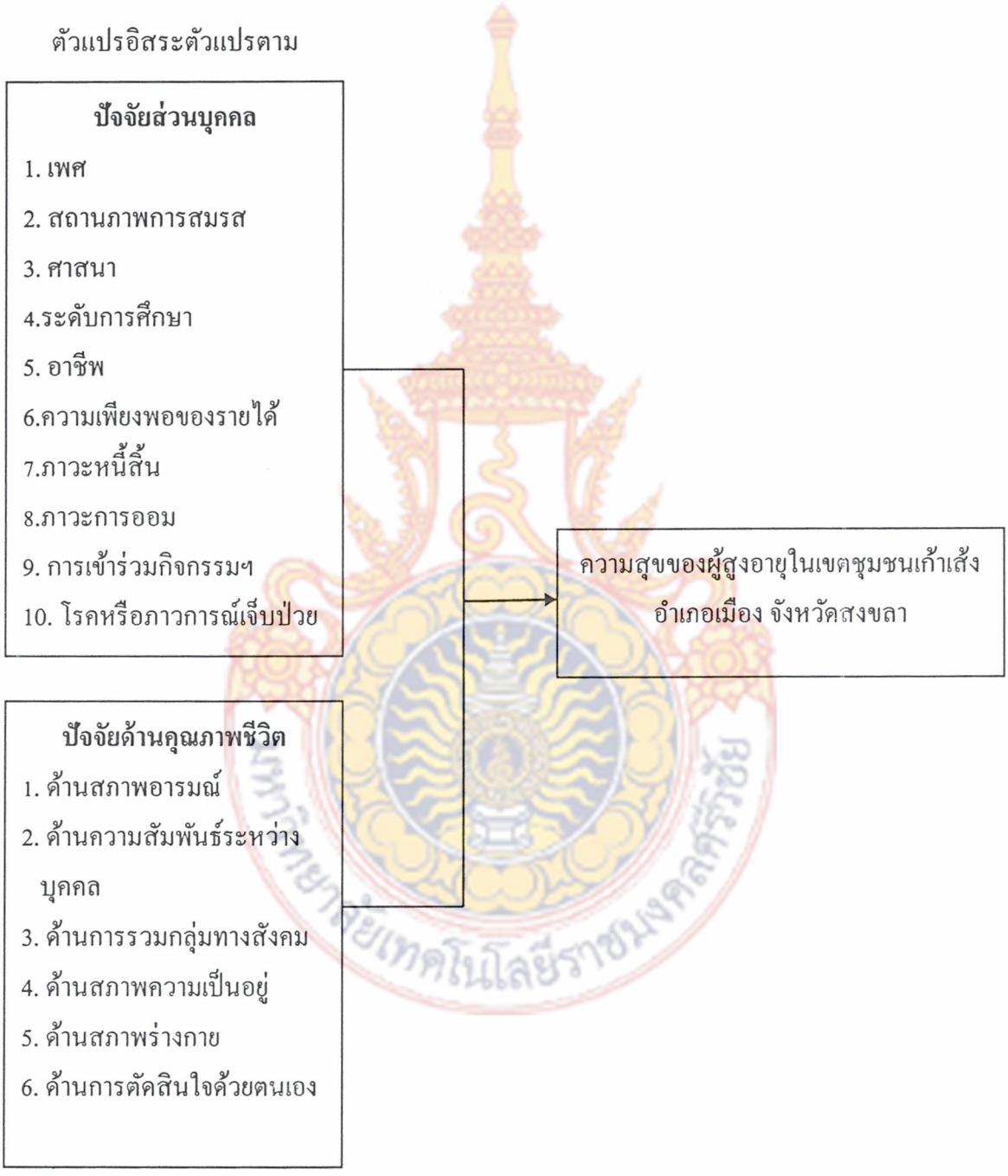
ธิดาทองวิเชียร (2550) ศึกษาเรื่องความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุในจังหวัดสมุทรปราการมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความผาสุกทางใจและความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนกิจของครอบครัวระยะวัยชราพฤติกรรมการดูแลตนเองและการเข้าถึงบริการสุขภาพของผู้สูงอายุ(ซึ่งในที่นี้พัฒนกิจของครอบครัวเป็นงานหรือภารกิจที่ครอบครัวต้องกระทำ) หน่วยตัวอย่างได้แก่ผู้สูงอายุจานวน 380 คนที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไปที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองจังหวัดสมุทรปราการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์

ผลการศึกษาพบว่าความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุอยู่ในระดับมากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือการทำกิจกรรมระหว่างสมาชิกในครอบครัวส่วนพฤติกรรมการดูแลตนเองและความสามารถในการเข้าถึงบริการสุขภาพอยู่ในระดับปานกลางและพบว่าปัจจัยด้านพัฒนกิจของครอบครัวระยะวัยชราการเข้าถึงบริการสุขภาพพฤติกรรมการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (r = 0.54, 0.56 และ 0.46 ตามลาดับ p-value = 0.05)

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ส่วนนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิดต่างๆ ข้างต้น เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย โดยสรุปได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย“ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา”

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุและปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

1.ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

4. การรวบรวมข้อมูล

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

เพื่อให้เป็นไปตามจุดมุ่งหมายของการวิจัยที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยจึงกำหนดรายละเอียดขั้นตอนในการดำเนินงานวิจัยดังนี้

1. ศึกษาเอกสารที่เป็นทฤษฎี แนวคิด และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

2. วิเคราะห์เอกสาร และงานวิจัยเพื่อรวบรวมปัจจัยที่ส่งผลต่อผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา และนำมาสร้างแบบสอบถามเพื่อเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. นำแบบสอบถามที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข ตรวจสอบความถูกต้อง และนำไปใช้เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

4. ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้สถิติพรรณนาและสถิติอนุมาน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ตัวอย่าง ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยในการศึกษาครั้งนี้เลือกตัวอย่างโดยใช้หลักการสุ่มแบบไม่อาศัยความน่าจะเป็น (None Probability Sampling) เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน และเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 167 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถามเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 167 ฉบับ มีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

โดยมีคะแนนในการประเมินข้อมูลด้านคุณภาพชีวิต และข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2535: 100)

เกณฑ์ในการประเมิน

4.50 – 5.00 หมายถึง อยู่ในระดับมากที่สุด

3.50 – 4.49 หมายถึง อยู่ในระดับมาก

2.50 – 3.49 หมายถึง อยู่ในระดับปานกลาง

1.50 – 2.49 หมายถึง อยู่ในระดับน้อย

1.00 – 1.49 หมายถึง อยู่ในระดับน้อยที่สุด

การรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ตลอดจนข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

2. เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม โดยการสัมภาษณ์โดยตรง

3. นำแบบสอบถามที่ได้รับมาทั้งหมดมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์แบ่งเป็น 2 ส่วนตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดดังนี้

ส่วนที่ 1 วิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา(Descriptive statistics) ได้แก่ การหาค่าเฉลี่ย (mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ค่าความถี่ (frequency) และค่าร้อยละ (percent) สำหรับข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิต และข้อมูลความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ส่วนที่ 2 วิเคราะห์โดยใช้สถิติอนุมาน (Inferential statistics) โดยวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติทดสอบที (t-test) และวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ในการทดสอบสมมติฐานครั้งนี้ผู้วิจัยทดสอบที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง "ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา" ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบปฐมภูมิ (Primary data) จากกลุ่มตัวอย่าง โดยได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์จำนวน 167 ฉบับ ซึ่งผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลตามลำดับขั้นตอน โดยผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา(Descriptive statistics) เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติอนุมาน(Inferential statistics) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันในการแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยจึงได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

n หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

$\overline{X}$ หมายถึง ค่าเฉลี่ย (Mean)

S.D. หมายถึงส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

t หมายถึงค่าสถิติ t ที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

F หมายถึงค่าสถิติ F ที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

SS หมายถึง ผลบวกกำลังสองของคะแนน(Sum of squares)

MS หมายถึง ค่าคะแนนเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean of squares)

df หมายถึงค่าองศาความเป็นอิสระ (Degree of freedom)

β_0 หมายถึง ค่าคงที่ของสมการถดถอยพหุคูณในรูปของสมการตัวอย่าง

β_i หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์ของการถดถอยพหุคูณของตัวแปรอิสระ

$Adj.R^2$ หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจของสถิติวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ

Y หมายถึง ความสุขของผู้สูงอายุที่อาศัยในชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

X_1 หมายถึง ด้านสภาพอารมณ์

X_2 หมายถึง ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

X_3 หมายถึง ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม

X_4 หมายถึง ด้านสภาพความเป็นอยู่

X_5 หมายถึง ด้านสภาพร่างกาย

X_6 หมายถึง ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

e หมายถึง ค่าความคลาดเคลื่อน

Sig. หมายถึง ค่าความน่าจะเป็นที่คำนวณได้จากค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

* หมายถึงมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

** หมายถึงมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา (Descriptive statistics)

เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

โดยการวิเคราะห์ประกอบด้วยข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลดังนี้ เพศ สถานภาพการสมรส ศาสนา ระดับการศึกษา อาชีพ ความเพียงพอของรายได้ ภาวะหนี้สิน ภาวะการออม การเข้าร่วมกิจกรรม และภาวะการเจ็บป่วย

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	62	37.10
หญิง	105	62.90
รวม	**167**	**100.00**
2. สถานภาพการสมรส		
โสด	3	1.80
สมรส	96	57.50
หม้าย/หย่าร้าง	68	40.70
รวม	**167**	**100.00**

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
3. ศาสนา		
พุทธ	105	62.90
อิสลาม	60	35.90
คริสต์	2	1.20
อื่น ๆ	0	0.00
รวม	**167**	**100.00**
4. ระดับการศึกษา		
ไม่ได้ศึกษา	32	19.20
ประถมศึกษา	118	70.70
มัธยมศึกษาตอนต้น	3	1.80
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	6	3.60
ปริญญาตรี/ปวส.	7	4.20
สูงกว่าปริญญาตรี	1	0.60
อื่น ๆ	0	0.00
รวม	**167**	**100.00**
5. อาชีพ		
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	76	45.50
ธุรกิจส่วนตัว	9	5.40
ประมง	22	13.20
รับจ้างทั่วไป	28	16.80
ข้าราชการเกษียณ/ข้าราชการบำนาญ	5	3.00
เกษตรกร	3	1.80
ค้าขาย	24	14.40
อื่น ๆ	0	0.00
รวม	**167**	**100.00**

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
6. ความพอเพียงของรายได้		
เพียงพอ	98	58.70
ไม่เพียงพอ	69	41.30
รวม	**167**	**100.00**
7. ภาวะหนี้สิน		
มีหนี้สิน	47	28.10
ไม่มีหนี้สิน	120	71.90
รวม	**167**	**100.00**
8.ภาวะการออม		
มีเงินออม	27	16.20
ไม่มีเงินออม	140	83.80
รวม	**167**	**100.00**
9. ปัจจุบันท่านเข้าร่วมกิจกรรมขององค์กร/ชมรม/กลุ่ม ต่างๆ หรือไม่		
ไม่เข้าร่วม	92	55.10
เข้าร่วม	75	44.90
รวม	**167**	**100.00**
10. ปัจจุบันท่านมีโรคหรือมีภาวะเจ็บป่วยหรือไม่		
ไม่มี	51	30.50
มี	116	69.50
รวม	**167**	**100.00**

จากตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ จำนวน 167 คน จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคลได้ดังนี้

เพศ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 62.90 และเป็นเพศชาย จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 37.10

สถานภาพการสมรส พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสถานภาพการสมรสจำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 57.50 รองลงมาคือ มีสถานภาพหม้ายหรือหย่าร้าง จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 40.70 และจำนวนที่น้อยที่สุดคือ มีสถานภาพโสด จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.80

ศาสนา พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 62.90 รองลงมาคือ นับถือศาสนาอิสลาม จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 35.90 และจำนวนที่น้อยที่สุดคือ นับถือศาสนาคริสต์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.20

ระดับการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 70.70 รองลงมาคือไม่ได้ศึกษา จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 19.20 และจำนวนที่น้อยที่สุดคือ สำเร็จการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.60

อาชีพ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 45.50 รองลงมาคือ ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 16.80 และจำนวนที่น้อยที่สุดคือ ประกอบอาชีพเกษตรกร จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.80

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอกับรายจ่าย จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 58.70 และรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 41.30

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีภาวะหนี้สิน จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 71.90 และมีภาวะหนี้สิน จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 28.10

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีเงินออม จำนวน 140 คน คิดเป็นร้อยละ 83.80 และมีเงินออม จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 16.20

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมขององค์กร ชมรม หรือ กลุ่ม ต่าง ๆ จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 55.10 และได้เข้าร่วมกิจกรรมขององค์กร ชมรม หรือ กลุ่ม ต่าง ๆ จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 44.90

และพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคหรือมีภาวะเจ็บป่วยสูงถึงจำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 69.50 และไม่มีโรคหรือไม่มีภาวะเจ็บป่วยจำนวน 51คน คิดเป็นร้อยละ 30.50

ตารางที่ 2 จำนวนและลำดับข้อมูลโรคหรือภาวะเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ

โรคหรือภาวะเจ็บป่วยขงผู้สูงอายุ	จำนวน	ลำดับ
1. โรคความดันโลหิตสูง	88	1
2. โรคเบาหวาน	24	2
3. โรคหลอดลมอักเสบ/ถุงลมโป่งพอง/หอบหืด/ปอดอักเสบ	7	4
4. โรควัณโรคปอด	6	5
5. โรคต้อหิน/ต้อกระจก	1	9
6. โรคต่อมลูกหมาก	1	9
7. โรคกระเพาะอาหาร	2	8
8. โรคไต	4	7
9. โรคสมองเสื่อม/โรคหลงลืม/ความจำเสื่อม	5	6
10. โรคแผลกดทับ	1	9
11. โรคหัวใจ	14	3

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลโรคหรือภาวะเจ็บป่วยของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาวะเจ็บป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง เป็นลำดับที่หนึ่ง จำนวน 88 คน ลำดับที่สอง คือ มีภาวะเจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวาน จำนวน 24 คน และลำดับที่สาม คือ มีภาวะเจ็บป่วยด้วยโรคหัวใจ จำนวน 14 คน

1.2 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ข้อมูลปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 6 ด้าน ดังนี้

- ด้านสภาพอารมณ์
- ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม
- ด้านสภาพความเป็นอยู่
- ด้านสภาพร่างกาย
- ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาพรวม

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	ความคิดเห็น		
	$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1. ด้านสภาพอารมณ์	3.69	0.54	มาก
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	3.71	0.73	มาก
3. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม	3.15	1.02	ปานกลาง
4. ด้านสภาพความเป็นอยู่	3.24	0.52	ปานกลาง
5. ด้านสภาพร่างกาย	3.91	0.54	มาก
6. ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง	3.39	0.45	ปานกลาง
ภาพรวม	**3.52**	**0.43**	**มาก**

จากตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 167 คน โดยภาพรวมพบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตในระดับมาก ($\overline{X} = 3.52, S.D. = 0.43$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตด้านสภาพร่างกายในระดับมาก ($\overline{X} = 3.91, S.D. = 0.54$) ซึ่งเป็นด้านที่มากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบจากคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทุกด้าน รองลงมาคือ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ($\overline{X} = 3.71, S.D. = 0.73$) ด้านสภาพอารมณ์ ($\overline{X} = 3.69, S.D. = 0.54$) ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ($\overline{X} = 3.39, S.D. = 0.45$) ด้านสภาพความเป็นอยู่($\overline{X} = 3.24, S.D. = 0.52$) และด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ($\overline{X} = 3.15, S.D. = 1.02$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพอารมณ์

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพอารมณ์	ความคิดเห็น		
	$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1. ท่านมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง	3.79	0.89	มาก
2. ท่านสามารถเข้ากับคนอื่นได้ง่าย	4.26	0.65	มาก
3. ท่านรู้สึกแจ่มใส เบิกบานกับสิ่งรอบข้าง	3.77	0.82	มาก
4. ถ้าย้อนเวลาไปได้ท่านไม่อยากเปลี่ยนอดีตที่ผ่านมา	3.64	1.02	มาก
5. ท่านไม่รู้สึกว่าตนเองโดดเดี่ยว	3.14	1.25	ปานกลาง
6. ท่านสามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้	4.01	0.63	มาก
7. ท่านพึงพอใจกับสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	3.83	0.84	มาก
8. ท่านไม่รู้สึกเครียดในสิ่งต่าง ๆ รอบข้าง	3.07	1.11	ปานกลาง
รวม	**3.69**	**0.54**	**มาก**

จากตารางที่ 4 พบว่าปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลาด้านสภาพอารมณ์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\overline{X} = 3.69, S.D. = 0.54$) เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพอารมณ์สามอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ท่านสามารถเข้ากับคนอื่นได้ง่าย ($\overline{X} = 4.26, S.D. = 0.65$) อันดับสอง ท่านสามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้ ($\overline{X} = 4.01, S.D. = 0.63$) อันดับสาม ท่านพึงพอใจกับสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ($\overline{X} = 3.83, S.D. = 0.84$)

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งสามารถเข้ากับคนอื่นได้ดี สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้ และพึงพอใจกับสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

	คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ความคิดเห็น		
		$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1.	ท่านชอบใช้เวลากับสมาชิกในครอบครัว	4.09	0.81	มาก
2.	สมาชิกในครอบครัวเอาใจใส่ท่านเป็นอย่างดี	4.12	0.80	มาก
3.	สมาชิกในครอบครัวมักจะปรึกษาท่านเมื่อมีปัญหาทุกข์ใจ	3.69	1.00	มาก
4.	สมาชิกในครอบครัวไม่เคยปล่อยให้ท่านอยู่ตามลำพังเพียงคนเดียว	3.75	1.03	มาก
5.	สมาชิกในครอบครัวช่วยจัดหาและเตรียมอาหารให้ท่านเป็นประจำ	3.80	0.95	มาก
6.	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นประจำ	3.67	0.89	มาก
7.	ท่านและเพื่อนบ้านมีการติดต่อสนทนากันด้วยดีเสมอมา	4.18	0.73	มาก
8.	ท่านและเพื่อนของท่านได้มีการติดต่อกันอย่างต่อเนื่อง เช่น เพื่อนในสมัยเรียน หรือทำงาน	2.12	1.34	น้อย
9.	เมื่อท่านไม่สบายใจท่านสามารถปรับทุกข์กับเพื่อนของท่านได้	3.41	0.93	ปานกลาง
10.	ท่านและญาติพี่น้องได้มีการติดต่อกันอย่างต่อเนื่อง	4.24	4.65	มาก
11.	ญาติพี่น้องของท่านได้เดินทางมาเยี่ยมเยียน	3.78	0.91	มาก
	รวม	**3.71**	**0.73**	**มาก**

จากตารางที่ 5 พบว่าปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\overline{X} = 3.71, S.D. = 0.73$) เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสามอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ท่านและญาติพี่น้องได้มีการติดต่อกันอย่างต่อเนื่อง ($\overline{X} = 4.24, S.D. = 4.65$) อันดับสอง ท่านและเพื่อนบ้านมีการติดต่อสนทนากันด้วยดีเสมอมา ($\overline{X} = 4.18, S.D. = 0.73$) อันดับสาม สมาชิกในครอบครัวเอาใจใส่ท่านเป็นอย่างดี ($\overline{X} = 4.12, S.D. = 0.80$)

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งมีการติดต่อกับญาติพี่น้องอย่างต่อเนื่อง รวมถึงติดต่อสนทนากับเพื่อนบ้านด้วยดีเสมอมา และได้รับความเอาใจใส่จากสมาชิกในครอบครัวเป็นอย่างดี

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านการรวมกลุ่มทางสังคม

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม	ความคิดเห็น		
	$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1. ท่านมักให้ความช่วยเหลือกับชุมชนหรือองค์กรต่าง ๆ	3.37	1.15	ปานกลาง
2. ท่านมีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น พบปะสังสรรค์ รับประทานอาหาร งานแต่งงาน งานศพ เป็นต้น	3.31	1.11	ปานกลาง
3. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมที่ชุมชนของท่านจัดอย่างสม่ำเสมอ	3.22	1.17	ปานกลาง
4. ท่านได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่	3.31	1.12	ปานกลาง
5. ท่านมีกลุ่มเพื่อนในชุมชนเมื่อเข้าร่วมกิจกรรม	3.31	1.17	ปานกลาง
6. ท่านให้ความร่วมมือในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น	3.32	1.16	ปานกลาง
7. คนในชุมชนให้ความเคารพนับถือท่าน	3.35	1.13	ปานกลาง
8. ท่านเคยได้รับเลือกให้เป็นคณะกรรมการในการจัดกิจกรรมของชุมชน หรือกลุ่มต่าง ๆ	1.99	1.43	น้อย
รวม	**3.15**	**1.02**	**ปานกลาง**

จากตารางที่ 6 พบว่าปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\overline{X} = 3.15$, S.D. = 1.02) เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านการรวมกลุ่มทางสังคมสามอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ท่านให้ความช่วยเหลือกับชุมชนหรือองค์กรต่าง ๆ ($\overline{X} = 3.37$, S.D. = 1.15) อันดับสอง คนในชุมชนให้ความเคารพนับถือท่าน ($\overline{X} = 3.35$, S.D. = 1.13) อันดับสาม ท่านให้ความร่วมมือในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น ($\overline{X} = 3.32$, S.D. = 1.16)

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งให้ความช่วยเหลือกับชุมชนหรือองค์กรต่างๆ เป็นอย่างดี รวมถึงให้ความร่วมมือในกิจกรรมต่างๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น และผู้สูงอายุยังเป็นที่เคารพนับถือของคนในชุมชนอีกด้วย

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพความเป็นอยู่

	คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพความเป็นอยู่	ความคิดเห็น		
		$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1.	ปัจจุบันท่านยังมีอาชีพเพื่อสร้างรายได้อยู่	2.46	1.43	น้อย
2.	ปัจจุบันท่านมีรายได้จากการทำงานด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ	2.54	1.37	ปานกลาง
3.	รายได้ของท่านในปัจจุบันมาจากลูกหลาน	3.54	1.25	มาก
4.	ปัจจุบันท่านไม่มีภาวะหนี้สินที่จะต้องจ่ายเป็นประจำ	4.43	0.91	มาก
5.	เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านลูกหลานจะรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการรักษาให้	1.94	1.52	น้อย
6.	ท่านสนใจการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ	3.26	0.99	ปานกลาง
7.	ห้องน้ำที่บ้านของท่านมีความสะอาดถูกสุขลักษณะ ไม่เป็นอันตรายสำหรับท่าน	3.86	0.83	มาก
8.	สภาพแวดล้อมภายในบ้านท่านมีอากาศถ่ายเท สะอาด มีการจัดเครื่องใช้อย่างเป็นระเบียบ	3.91	0.81	มาก
	รวม	**3.24**	**0.52**	**ปานกลาง**

จากตารางที่ 7 พบว่าปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลาด้านสภาพความเป็นอยู่ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง($\overline{X} = 3.24, S.D. = 0.52$) เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพความเป็นอยู่สามอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ปัจจุบันท่านไม่มีภาวะหนี้สินที่จะต้องจ่ายเป็นประจำ ($\overline{X} = 4.43, S.D. = 0.91$) อันดับสอง สภาพแวดล้อมภายในบ้านท่านมีอากาศถ่ายเท สะอาด มีการจัดเครื่องใช้อย่างเป็นระเบียบ ($\overline{X} = 3.91, S.D. = 0.81$) อันดับสาม ห้องน้ำที่บ้านของท่านสะอาดถูกสุขลักษณะไม่เป็นอันตรายสำหรับท่าน ($\overline{X} = 3.86$, S.D. = 0.83)

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งไม่มีภาวะหนี้สินที่จะต้องจ่ายเป็นประจำ และสภาพแวดล้อมภายในบ้านมีอากาศถ่ายเท สะอาด มีการจัดเครื่องใช้อย่างเป็นระเบียบ รวมถึงห้องน้ำสะอาดถูกสุขลักษณะไม่เป็นอันตราย

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพร่างกาย

	คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพร่างกาย	ความคิดเห็น		
		$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1.	ท่านตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี	4.20	0.89	มาก
2.	ท่านออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ	3.89	1.00	มาก
3.	ท่านมีความพึงพอใจในสุขภาพของตนเอง	3.91	1.82	มาก
4.	ท่านอ่านข่าวสารเรื่องสุขภาพ	3.38	0.97	ปานกลาง
5.	ท่านหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	4.46	1.13	มาก
6.	ท่านหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่	4.36	1.19	มาก
7.	ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เช่น อาหารไขมันสูง เป็นต้น	4.58	0.91	มากที่สุด
8.	ท่านสามารถเดินทางไปที่ต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง	4.28	1.01	มาก
9.	ท่านได้รับข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจากบุคคลใกล้ชิดในครอบครัว หรือเพื่อนบ้าน	3.41	1.05	ปานกลาง
10.	ปัจจุบันท่านได้รับการสนับสนุนส่งเสริมสุขภาพจากหน่วยงานทางราชการหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	2.96	1.15	ปานกลาง
11.	ท่านปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัดในการดูแลสุขภาพของตนเอง	3.60	0.84	มาก
	รวม	**3.91**	**0.54**	**มาก**

จากตารางที่ 8 พบว่าปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลาด้านสภาพร่างกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\overline{X} = 3.91$, S.D. = 0.54) เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพร่างกายสามอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เช่น อาหารไขมันสูง เป็นต้น ($\overline{X} = 4.58$, S.D. = 0.91) อันดับสอง ท่านหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ($\overline{X} = 4.46$, S.D. = 1.13) อันดับสาม ท่านหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ($\overline{X} = 4.36$, S.D. = 1.19)

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการตัดสินใจ	ความคิดเห็น		
	$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1. ท่านมักจะทำในสิ่งที่ท่านอยากทำ เช่น การเลือกซื้อสินค้า การเดินทางไปท่องเที่ยว เป็นต้น	3.95	0.97	มาก
2. ท่านมีอิสระในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ท่านอยากทำ	3.28	1.26	ปานกลาง
3. ท่านกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น ครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท เป็นต้น	3.31	1.12	ปานกลาง
4. ท่านไม่ต้องทำในสิ่งที่ท่านรู้สึกฝืนใจ	3.54	0.99	มาก
5. ท่านชอบปฏิบัติตามการตัดสินใจของตนเองมากกว่าการปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้อื่น	2.84	0.94	ปานกลาง
รวม	3.39	0.45	**ปานกลาง**

จากตารางที่ 9 พบว่าปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลาด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\overline{X} = 3.39, S.D. = 0.45$) เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านการตัดสินใจด้วยตนเองสามอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ท่านมักจะทำในสิ่งที่ท่านอยากทำ เช่น การเลือกซื้อสินค้า การเดินทางไปท่องเที่ยว เป็นต้น ($\overline{X} = 3.95$, S.D. = 0.97) อันดับสอง ท่านไม่ต้องทำในสิ่งที่ท่านรู้สึกฝืนใจ ($\overline{X} = 3.54, S.D. = 0.99$) อันดับสามท่านกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น ครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท เป็นต้น($\overline{X} = 3.31, S.D. = 1.12$)

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งมักจะทำในสิ่งที่อยากทำ ไม่ต้องทำในสิ่งที่รู้สึกฝืนใจ และกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ กับคนรอบข้าง

1.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ

	ความสุขของผู้สูงอายุ	ความคิดเห็น		
		$\overline{X}$	S.D.	ระดับ
1.	ท่านพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตที่ผ่านมา	4.00	0.73	มาก
2.	ท่านไม่มีเรื่องกังวลใจ	3.25	1.16	ปานกลาง
3.	ท่านไม่รู้สึกผิดหวังกับการกระทำบางอย่างที่ผ่านมา	3.31	0.98	ป่านกลาง
4.	ท่านรู้สึกว่าใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า	4.36	0.73	มาก
5.	ท่านไม่รู้สึกท้อแท้ หรือ เบื่อหน่าย	3.11	1.17	ปานกลาง
6.	ท่านไม่รู้สึกกลัวว่าจะมีสิ่งไม่ดี	2.87	1.13	ปานกลาง
7.	ท่านอารมณ์ดีตลอด	3.59	0.92	มาก
8.	ท่านยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของร่างกาย	4.23	0.59	มาก
9.	ปัจจุบันท่านพอใจในสภาพชีวิต	4.05	0.78	มาก
10.	ท่านรู้สึกพึงพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้น	3.99	0.80	มาก
11.	ในสภาพปัจจุบันท่านรู้ว่าสิ่งใดทำให้ท่านมีความสุข	4.08	0.75	มาก
12.	ท่านพอใจกับสภาพแวดล้อมรอบข้าง	3.92	0.86	มาก
13.	ท่านรู้สึกว่าได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างดี	4.05	0.83	มาก
14.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่าอย่างยิ่ง	4.23	0.63	มาก
15.	ท่านรู้สึกสบายใจในการดำเนินชีวิต	4.08	0.76	มาก
16.	ท่านรู้สึกชอบใจ หรือสบายใจกับสภาพแวดล้อมรอบข้าง	2.75	1.07	ปานกลาง
17.	ท่านรู้สึกปลอดภัยกับสภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิตประจำวัน	3.60	0.91	มาก
18.	ท่านรู้สึกว่าการเป็นผู้สูงอายุไม่เป็นอุปสรรคสำหรับท่าน	4.20	0.94	มาก
19.	ท่านรู้สึกอุ่นใจเมื่อมีลูกหลานอยู่รอบข้าง	4.74	0.54	มาก
20.	ท่านมีความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรือการพบปะพูดคุยกับบุคคลอื่น	4.70	0.58	มาก
	รวม	**3.82**	**0.54**	**มาก**

จากตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน จำนวน 167 คน โดยภาพรวมพบว่า ผู้สูงอายุมีความสุขในชีวิตในระดับมาก ($\overline{X} = 3.82, S.D. = 0.54$) เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับความสุขของผู้สูงอายุห้าอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ท่านรู้สึกอุ่นใจเมื่อมีลูกหลานอยู่รอบข้าง ($\overline{X} = 4.74$, S.D. = 0.54) อันดับสอง ท่านมีความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรือการพบปะพูดคุยกับบุคคลอื่น ($\overline{X} = 4.70$, S.D. = 0.58) อันดับสาม ท่านรู้สึกว่าใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า ($\overline{X} = 4.36$, S.D. = 0.73) อันดับสี่ ท่านยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของร่างกาย ($\overline{X} = 4.23$, S.D. = 0.59) และท่านรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่าอย่างยิ่ง ($\overline{X} = 4.23$, S.D. = 0.63) และอันดับห้า ท่านรู้สึกว่าการเป็นผู้สูงอายุไม่เป็นอุปสรรคสำหรับท่าน ($\overline{X} = 4.20$, S.D. = 0.94)

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งมีความสุขในชีวิต โดยความสุขเกิดจากการที่ผู้สูงอายุมีลูกหลานอยู่รอบข้างทำให้รู้สึกอุ่นใจ และได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรือการพบปะพูดคุยกับบุคคลอื่น การที่ผู้สูงอายุรู้สึกว่าใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า และสามารถยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของร่างกายได้ และรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า รวมถึงไม่รู้สึกว่าการเป็นผู้สูงอายุเป็นอุปสรรคในชีวิต

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติอนุมาน (Inferential statistics)

เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

การวิเคราะห์จำแนกตามตัวแปรความเพียงพอของรายได้ ภาวะหนี้สิน ภาวะการออม การเข้าร่วมกิจกรรม และภาวะเจ็บป่วย โดยการวิเคราะห์โดยใช้สถิติทดสอบที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ได้ผลการวิเคราะห์ดังนี้

ตารางที่ 11 ปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ปัจจัยส่วนบุคคล						
	เพียงพอ		ไม่เพียงพอ		t	Sig.
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
1. จำแนกตามความเพียงพอของรายได้	3.90	0.52	3.71	0.54	2.299*	0.023
	มีหนี้สิน		ไม่มีหนี้สิน		t	Sig.
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
2. จำแนกตามภาวะหนี้สิน	3.76	0.57	3.84	0.52	-0.887	0.376
	มีเงินออม		ไม่มีเงินออม		t	Sig.
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
3. จำแนกตามภาวะการออม	4.16	0.57	3.76	0.50	3.691*	0.000

ตารางที่ 11 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล						
	เพียงพอ		ไม่เพียงพอ		t	Sig.
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
	ไม่เข้าร่วม		เข้าร่วม		t	Sig.
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
4. จำแนกตามการเข้าร่วมกิจกรรม	3.64	0.46	4.04	0.54	-5.046*	0.000
	ไม่มี		มี		t	Sig.
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.		
5. จำแนกตามภาวะการเจ็บป่วย	3.92	0.48	3.78	0.55	1.543	0.125

* มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 11 การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยใช้สถิติทดสอบทีพบว่าผู้สูงอายุที่มีปัจจัยส่วนบุคคลจำแนกตามความเพียงพอของรายได้ ภาวะการออม การเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อความสูงของผู้สูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนปัจจัยที่จำแนกตาม ภาวะหนี้สิน และตามภาวะการเจ็บป่วยส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ไม่แตกต่างกัน

2.2 ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยการวิเคราะห์ประกอบด้วย ด้านสภาพอารมณ์ (X_1) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (X_2) ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม (X_3) ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี (X_4) ด้านสภาพร่างกาย (X_5) ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง (X_6) และคู่สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา (Y) (n = 167)

ตารางที่ 12 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างปัจจัยด้านคุณภาพชีวิต

		X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	Y
X_1	Pearson Correlation	1	.357(**)	.383(**)	.459(**)	.395(**)	.306(**)	.649(**)
X_2	Pearson Correlation	.357(**)	1	.361(**)	.400(**)	.449(**)	.081	.418(**)
X_3	Pearson Correlation	.383(**)	.361(**)	1	.431(**)	.461(**)	.075	.403(**)
X_4	Pearson Correlation	.459(**)	.400(**)	.431(**)	1	.353(**)	-.082	.492(**)
X_5	Pearson Correlation	.395(**)	.449(**)	.461(**)	.353(**)	1	.154(*)	.431(**)
X_6	Pearson Correlation	.306(**)	.081	.075	-.082	.154(*)	1	.242(**)
Y	Pearson Correlation	.649(**)	.418(**)	.403(**)	.492(**)	.431(**)	.242(**)	1

* มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

** มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 12 พบว่าผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่าปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตทั้ง 6 ด้าน มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ โดยดูจากค่าความสัมพันธ์ (Pearson Correlation)

ดังนั้นผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) โดยวิธี Enter สามารถอธิบายผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้ดังนี้

ตัวแบบความสัมพันธ์สมการถดถอยเชิงเส้นแบบพหุคูณ

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5 + \beta_6 X_6 + e$$

โดยกำหนดให้

Y หมายถึง ความสุขของผู้สูงอายุที่อาศัยในชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

X_1 หมายถึง ด้านสภาพอารมณ์

X_2 หมายถึง ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

X_3 หมายถึง ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม

X_4 หมายถึง ด้านสภาพความเป็นอยู่

X_5 หมายถึง ด้านสภาพร่างกาย

X_6 หมายถึง ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

e หมายถึง ค่าความคลาดเคลื่อน

Sig. หมายถึง ค่าความน่าจะเป็นที่คำนวณได้จากค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

* หมายถึงมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สมมติฐานการทดสอบ

H_0 : ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไม่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

H_1 : ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 13 การตรวจสอบปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
Regression	24.382	6	4.064	27.965*	0.000
Residual	23.250	160	0.145		
รวม	47.632	166			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 13 พบว่าการเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยภาพรวมมีอย่างน้อยหนึ่งปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชน เก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 14 ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชน เก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ปัจจัย	β	SE	t	Sig.
ค่าคงที่ (Constant)	0.431	0.329	1.308	0.193
ด้านสภาพอารมณ์ (X_1)	0.419	0.069	6.062*	0.000
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (X_2)	0.084	0.048	1.730	0.086
ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม (X_3)	0.032	0.035	0.907	0.366
ด้านสภาพความเป็นอยู่ (X_4)	0.203	0.071	2.844*	0.005
ด้านสภาพร่างกาย (X_5)	0.098	0.067	1.453	0.148
ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง (X_6)	0.011	0.071	1.632	0.105

$R = 0.715$ $R^2 = 0.512$ $SE_{est} = 0.381$ Adjusted $R^2 = 0.494$ Durbin – Watson = 1.76

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 14 พบว่าปัจจัยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชน เก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มีสองปัจจัยประกอบด้วย ปัจจัยด้านสภาพอารมณ์ (X_1) และปัจจัยด้านสภาพความเป็นอยู่ (X_4) ทั้งสองปัจจัยมีอิทธิพลเชิงบวกต่อความสุขของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จากตัวแปรพยากรณ์ดังกล่าวนำมาสร้างสมการดังนี้

$$Y = 0.431 + 0.419X_1 + 0.203X_4$$

จากสมการถดถอย ตัวแปรพยากรณ์ปัจจัยด้านสภาพอารมณ์ (X_1) และปัจจัยด้านสภาพความเป็นอยู่ (X_4) สามารถทำนายความสุขของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 49.4 (Adjusted $R^2 = 0.494$) จากสมการถดถอยแสดงให้เห็นว่า ปัจจัยด้านอารมณ์และปัจจัยด้านสภาพความเป็นอยู่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชน เก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ในทิศทางเดียวกัน

สามารถอธิบายได้ดังนี้ ถ้าปัจจัยด้านสภาพอารมณ์(X_1) เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะส่งผลให้ความสุขของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น 0.419 หน่วย และปัจจัยด้านสภาพความเป็นอยู่ (X_4) เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะส่งผลให้ความสุขของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น 0.203 หน่วย โดยมีค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์ (SE_{est}) เท่ากับ 0.381 และค่า Durbin – Watson เท่ากับ 1.76 ซึ่งใกล้เคียง 1.5 แสดงว่าค่าความคลาดเคลื่อนเป็นอิสระต่อกัน

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา (Descriptive statistics)

จากการวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา สรุปผลได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ จำนวน 167 คน จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง และส่วนใหญ่มีสถานภาพการสมรส โดยส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา และผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ

โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอกับรายจ่ายและไม่มีภาวะหนี้สิน แต่ก็ไม่มีเงินออมเช่นกัน โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมขององค์กร ชมรม หรือ กลุ่ม ต่าง ๆ ที่จัดขึ้น และพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคหรือมีภาวะเจ็บป่วยสูง ส่วนใหญ่มีภาวะเจ็บป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ตามลำดับ

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 167 คน โดยภาพรวมพบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตด้านสภาพร่างกายในระดับมาก ซึ่งเป็นด้านที่มากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบจากคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทุกด้าน รองลงมาคือ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพอารมณ์ ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ด้านสภาพความเป็นอยู่ และด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ตามลำดับ

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน จำนวน 167 คน โดยภาพรวมพบว่า ผู้สูงอายุมีความสุขในชีวิตในระดับมาก (เมื่อพิจารณารายข้อสามารถเรียงลำดับความสุขของผู้สูงอายุห้าอันดับแรกได้ดังนี้ อันดับหนึ่ง ท่านรู้สึกอุ่นใจเมื่อมีลูกหลานอยู่รอบข้าง อันดับสอง ท่านมีความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรือการพบปะพูดคุยกับบุคคลอื่น อันดับสาม ท่านรู้สึกว่าใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า อันดับสี่ ท่านยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของร่างกาย และท่านรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่าอย่างยิ่ง และอันดับห้า ท่านรู้สึกว่าการเป็นผู้สูงอายุไม่เป็นอุปสรรคสำหรับท่าน

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โดยใช้สถิติอนุมาน (Inferential statistics)

จากการวิเคราะห์โดยใช้สถิติอนุมาน (Inferential statistics) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลาสรุปผลได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยใช้สถิติทดสอบทีพบว่า ผู้สูงอายุที่มีปัจจัยส่วนบุคคลจำแนกตามความเพียงพอของรายได้ ภาวะการออม การเข้าร่วมกิจกรรม ที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อความสูงของผู้สูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนปัจจัยที่จำแนกตาม ภาวะหนี้สิน และตามภาวะการเจ็บป่วยส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ไม่แตกต่างกัน

2. ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

การวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จากสมการถดถอยพหุคูณ พบว่าปัจจัยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชน เก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มีสองปัจจัยประกอบด้วย ปัจจัยด้านสภาพอารมณ์ (X_1) และปัจจัยด้านสภาพความเป็นอยู่ (X_4) ทั้งสองปัจจัยมีอิทธิพลเชิงบวกต่อความสุขของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาในครั้งนี้สามารถแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ และข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาในครั้งต่อไป โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้

จากการศึกษาจะเห็นได้ว่าปัจจัยด้านสภาพอารมณ์ และปัจจัยด้านสภาพความเป็นอยู่เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชน เก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ในเชิงบวก นั่นหมายความว่า หากสภาพอารมณ์และสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุดีขึ้น ผู้สูงอายุก็มีแนวโน้มที่จะมีความสุขมากขึ้น ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงไม่ควรละเลยในการให้ความสำคัญกับสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งสุขภาพกายและสุขภาพใจ รวมถึงควรพิจารณาสนับสนุนให้ผู้สูงมีอายุมีสภาพความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น มีสวัสดิการทางสังคมที่เหมาะสมในการใช้ชีวิต เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและมีความสุขในการดำรงชีวิต

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาในครั้งต่อไป

ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรศึกษาถึงแนวทางในการสร้างความสุขให้กับผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้นอย่างยั่งยืน

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

เอกสารอ้างอิง

กชกร สังขชาติ. **ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ.** ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา, 2538.

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. คู่มือประชาชน. กรุงเทพมหานคร, 2554.

เกษม ตันติผลาชีวะ และกุลยา ตันติผลาชีวะ.**การรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ.** กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์, 2528.

กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการส่วนมาตรฐานการจัดบริการสวัสดิการสังคม สำนักบริการสวัสดิการ สังคม. **การศึกษาโครงสร้างและรูปแบบศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ.** กรุงเทพมหานคร: บพิธการพิมพ์ จำกัด, 2548.

เกริกศักดิ์ บุญญานุพงศ์ และสุรีย์ บุญญานุพงศ์. **ศักยภาพของผู้สูงอายุในการทำงานเพื่อสังคม.** เชียงใหม่: โครงการชราภาพศึกษา. สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2534.

จารุรัตน์ โพธาราม. **การผลิตรายการนิตยสารโดยใช้เทปบันทึกเสียงสำหรับผู้สูงอายุใน สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค.** ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาศึกษาศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542

เจษฎา บุญทา. **คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตำบลแม่หอพระ อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่.** วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545.

ชุติเดช เจียนดอน และคณะ. **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชนบทอำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา.**วารสารสาธารณสุขศาสตร์ 2554; 41(3): 229.

ดวงจิตต์ นะนักวัฒน์. **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ**: กรณีศึกษา ตำบลม่วงคำ อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย. ภาคนิพนธ์คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2550.

นภาพร ชโยวรรณและคณะ. **ผลกระทบทางเศรษฐกิจสังคมและสภาวะผู้สูงอายุในประเทศไทย.** วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

ภรณี เกตกินทะ. **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบ้านพักคนชราในเขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์เศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเศรษฐศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

(แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย)

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้งและเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง รวมถึงศึกษาแนวทางการสร้างความสุขให้กับผู้สูงอายุในเขตชุมชนเก้าเส้ง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

2. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านที่ได้สละเวลาอันมีค่าในการให้ความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามทุกข้อให้ครบถ้วน และตรงตามความเป็นจริงที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมา ณ โอกาสนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน

1. เพศ

☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง

2. อายุ.....ปี .....เดือน

3. จำนวนสมาชิกในครัวเรือน (รวมตัวท่านด้วย) .....คน

4. สถานภาพการสมรส

☐ 1. โสด ☐ 2. สมรส

☐ 3. หม้าย/หย่าร้าง

5. ศาสนา

☐ 1. พุทธ ☐ 2. อิสลาม

☐ 3. คริสต์ ☐ 4. อื่นๆ.....

6. ระดับการศึกษา

☐ 1. ไม่ได้ศึกษา ☐ 2. ประถมศึกษา

7. อาชีพ/การทำงานในปัจจุบัน (งานที่ทำเพื่อรายได้)

☐ 1. ไม่ได้ทำงาน ☐ 2. ธุรกิจส่วนตัว

☐ 3. ประมง ☐ 4. รับจ้างทั่วไป

☐ 5. ข้าราชการเกษียณ/ข้าราชการบำนาญ ☐ 6. เกษตรกร

☐7. ค้าขาย ☐8. อื่นๆ.....

8. ความเพียงพอของรายได้

☐ 1.เพียงพอ ☐2. ไม่เพียงพอ

9. ภาวะหนี้สิน

☐ 1.มีหนี้สิน ☐2. ไม่มีหนี้สิน

10. ภาวะการออม

☐ 1.มีเงินออม ☐2. ไม่มีเงินออม

11. ปัจจุบันท่านเข้าร่วมกิจกรรมขององค์กร/ชมรม/กลุ่มต่างๆหรือไม่

☐1. ไม่เข้าร่วม ☐2. เข้าร่วม โปรดระบุ.....

12. ปัจจุบันท่านเป็นโรคหรือมีภาวะเจ็บป่วยหรือไม่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1. ไม่มี

☐2. มี โปรดระบุ.....

☐ 1. ความดันโลหิตสูง ☐2. เบาหวาน

☐3. หลอดลมอักเสบ ถุงลมโป่งพอง หอบหืด ปอดอักเสบ

☐4.วัณโรคปอด ☐5.ต้อหิน ต้อกระจก

☐6.ต่อมลูกหมากโต ☐7. กระเพาะอาหาร / กระเพาะอาหารอักเสบ

☐8. โรคไต ☐9. สมองเสื่อม โรคหลงลืม ความจำเสื่อม

☐10. แผลกดทับ ☐11. โรคหัวใจ

☐ 12. อื่นๆ.....

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ตอนที่ 2 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

<u>คำชี้แจง</u> กรุณาทำเครื่องหมาย✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคุณภาพชีวิตของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

ระดับคุณภาพชีวิต : **5 คะแนน คือ "มากที่สุด"** **4 คะแนน คือ "มาก"**
3 คะแนน คือ "ปานกลาง" **2 คะแนน คือ "น้อย"**
1 คะแนน คือ "น้อยที่สุด"

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ		ระดับ				
		1	2	3	4	5
1. ด้านสภาพอารมณ์						
1.1	ท่านมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง					
1.2	ท่านสามารถเข้ากับคนอื่นได้ง่าย					
1.3	ท่านรู้สึกแจ่มใส เบิกบานกับสิ่งรอบข้าง					
1.4	ถ้าย้อนเวลาไปได้ท่านไม่อยากเปลี่ยนอดีตที่ผ่านมา					
1.5	ท่านไม่รู้สึกว่าตนเองโดดเดี่ยว					
1.6	ท่านสามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้					
1.7	ท่านพึงพอใจกับสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน					
1.8	ท่านไม่รู้สึกเครียดในสิ่งต่าง ๆ รอบข้าง					
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล						
2.1	ท่านชอบใช้เวลากับสมาชิกในครอบครัว					
2.2	สมาชิกในครอบครัวเอาใจใส่ท่านเป็นอย่างดี					
2.3	สมาชิกในครอบครัวมักจะปรึกษาท่านเมื่อมีปัญหาทุกข์ใจ					
2.4	สมาชิกในครอบครัวไม่เคยปล่อยให้ท่านอยู่ตามลำพังเพียงคนเดียว					
2.5	สมาชิกในครอบครัวช่วยจัดหาและเตรียมอาหารให้ท่านเป็นประจำ					
2.6	ท่านและสมาชิกในครอบครัวมีการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นประจำ					
2.7	ท่านและเพื่อนบ้านมีการติดต่อสนทนากันด้วยดีเสมอมา					
2.8	ท่านและเพื่อนของท่านได้มีการติดต่อกันอย่างต่อเนื่อง เช่น เพื่อนในสมัยเรียน หรือทำงาน					
2.9	เมื่อท่านไม่สบายใจท่านสามารถปรับทุกข์กับเพื่อนของท่านได้					
2.10	ท่านและญาติพี่น้องได้มีการติดต่อกันอย่างต่อเนื่อง					
2.11	ญาติพี่น้องของท่านได้เดินทางมาเยี่ยมเยียน					
3. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม						
3.1	ท่านมักให้ความช่วยเหลือกับชุมชนหรือองค์กรต่าง ๆ					

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ		ระดับ				
		1	2	3	4	5
3.2	ท่านมีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น พบปะสังสรรค์รับประทานอาหาร งานแต่งงาน งานศพ เป็นต้น					
3.3	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมที่ชุมชนของท่านจัดอย่างสม่ำเสมอ					
3.4	ท่านได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่					
3.5	ท่านมีกลุ่มเพื่อนในชุมชนเมื่อเข้าร่วมกิจกรรม					
3.6	ท่านให้ความร่วมมือในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น					
3.7	คนในชุมชนให้ความเคารพนับถือท่าน					
3.8	ท่านเคยได้รับเลือกให้เป็นคณะกรรมการในการจัดกิจกรรมของชุมชน หรือกลุ่มต่าง ๆ					
4. ด้านสภาพความเป็นอยู่						
4.1	ปัจจุบันท่านยังมีอาชีพเพื่อสร้างรายได้อยู่					
4.2	ปัจจุบันท่านมีรายได้จากการทำงานด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ					
4.3	รายได้ของท่านในปัจจุบันมาจากลูกหลาน					
4.4	ปัจจุบันท่านไม่มีภาวะหนี้สินที่จะต้องจ่ายเป็นประจำ					
4.5	เมื่อท่านเจ็บป่วยลูกหลานจะรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการรักษาให้					
4.6	ท่านสนใจการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ					
4.7	ห้องน้ำที่บ้านของท่านสะอาดถูกสุขลักษณะ ไม่เป็นอันตรายสำหรับท่าน					
4.8	สภาพแวดล้อมภายในบ้านท่านมีอากาศถ่ายเท สะอาด มีการจัดเครื่องใช้อย่างเป็นระเบียบ					
5. ด้านสภาพร่างกาย						
5.1	ท่านตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี					
5.2	ท่านออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ					
5.3	ท่านมีความพึงพอใจในสุขภาพของตนเอง					
5.4	ท่านอ่านข่าวสารเรื่องสุขภาพ					
5.5	ท่านหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์					
5.6	ท่านหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่					
5.7	ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เช่น อาหารไขมันสูง เป็นต้น					
5.8	ท่านสามารถเดินทางไปที่ต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง					
5.9	ท่านได้รับข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจากบุคคลใกล้ชิดในครอบครัว หรือเพื่อนบ้าน					
5.10	ปัจจุบันท่านได้รับการสนับสนุนส่งเสริมสุขภาพจากหน่วยงานทางราชการหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง					

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ		ระดับ				
		1	2	3	4	5
5.11	ท่านปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัดในการดูแลสุขภาพของตนเอง					
6. ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง						
6.1	ท่านมักจะทำในสิ่งที่ท่านอยากทำ เช่น การเลือกซื้อสินค้า การเดินทางไปท่องเที่ยว เป็นต้น					
6.2	ท่านมีอิสระในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ท่านอยากทำ					
6.3	ท่านกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น ครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท เป็นต้น					
6.4	ท่านไม่ต้องทำในสิ่งที่ท่านรู้สึกฝืนใจ					
6.5	ท่านชอบปฏิบัติตามการตัดสินใจของตนเองมากกว่าการปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้อื่น					

ตอนที่ 3ข้อมูลด้านความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ

<u>คำชี้แจง</u> กรุณาทำเครื่องหมาย✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความสุขของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

ระดับความสุขในชีวิต

5 คะแนน คือ “มากที่สุด” **4 คะแนน คือ “มาก”**
3 คะแนน คือ “ปานกลาง” **2 คะแนน คือ “น้อย”**
1 คะแนน คือ “น้อยที่สุด”

ความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ		ระดับ				
		1	2	3	4	5
1.	ท่านพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตที่ผ่านมา					
2.	ท่านไม่มีเรื่องกังวลใจ					
3.	ท่านไม่รู้สึกผิดหวังกับการกระทำบางอย่างที่ผ่านมา					
4.	ท่านรู้สึกว่าใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า					
5.	ท่านไม่รู้สึกท้อแท้ หรือ เบื่อหน่าย					
6.	ท่านไม่รู้สึกกลัวว่าจะมีสิ่งไม่ดี					
7.	ท่านอารมณ์ดีตลอด					
8.	ท่านยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของร่างกาย					
9.	ปัจจุบันท่านพอใจในสภาพชีวิต					
10.	ท่านรู้สึกพึงพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้น					
11.	ในสภาพปัจจุบันท่านรู้ว่าสิ่งใดทำให้ท่านมีความสุข					
12.	ท่านพอใจกับสภาพแวดล้อมรอบข้าง					
13.	ท่านรู้สึกว่าได้ทำสิ่งต่างๆอย่างดี					

ความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ		ระดับ				
		1	2	3	4	5
14.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่าอย่างยิ่ง					
15.	ท่านรู้สึกสบายใจในการดำเนินชีวิต					
16.	ท่านรู้สึกชอบใจหรือสบายใจกับสภาพแวดล้อมรอบข้าง					
17.	ท่านรู้สึกปลอดภัยกับสภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิตประจำวัน					
18.	ท่านรู้สึกว่าการเป็นผู้สูงอายุไม่เป็นอุปสรรคสำหรับท่าน					
19.	ท่านรู้สึกอุ่นใจเมื่อมีลูกหลานอยู่รอบข้าง					
20.	ท่านมีความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรือการพบปะพูดคุยกับบุคคลอื่น					

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ภาคผนวก ข

(ผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ)

ตารางที่ 1

เพศ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	62	37.1	37.1	37.1
	2	105	62.9	62.9	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

สถานภาพ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	3	1.8	1.8	1.8
	2	96	57.5	57.5	59.3
	3	68	40.7	40.7	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

ศาสนา

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	105	62.9	62.9	62.9
	2	60	35.9	35.9	98.8
	3	2	1.2	1.2	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

ระดับการศึกษา

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	32	19.2	19.2	19.2
	2	118	70.7	70.7	89.8
	3	3	1.8	1.8	91.6
	4	6	3.6	3.6	95.2
	5	7	4.2	4.2	99.4
	6	1	.6	.6	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

อาชีพ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	76	45.5	45.5	45.5
	2	9	5.4	5.4	50.9
	3	22	13.2	13.2	64.1
	4	28	16.8	16.8	80.8
	5	5	3.0	3.0	83.8
	6	3	1.8	1.8	85.6
	7	24	14.4	14.4	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

ความเพียงพอของรายได้

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	98	58.7	58.7	58.7
	2	69	41.3	41.3	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

ภาวะหนี้สิ้น

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	47	28.1	28.1	28.1
	2	120	71.9	71.9	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

ภาวะเงินออม

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	27	16.2	16.2	16.2
	2	140	83.8	83.8	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคประจำตัว

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	51	30.5	30.5	30.5
	2	116	69.5	69.5	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ตารางที่ 2

โรคความดันโลหิต

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	79	47.3	47.3	47.3
	1	88	52.7	52.7	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคเบาหวาน

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	143	85.6	85.6	85.6
	1	24	14.4	14.4	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคหลอดลมอักเสบ ถุงลมโป่งพอง หอบหืด ปอดอักเสบ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	160	95.8	95.8	95.8
	1	7	4.2	4.2	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรควัณโรคปอด

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	161	96.4	96.4	96.4
	1	6	3.6	3.6	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคต้อหินต้อกระจก

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	166	99.4	99.4	99.4
	1	1	.6	.6	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคต่อมลูกหมากโต

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	166	99.4	99.4	99.4
	1	1	.6	.6	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคกระเพาะอาหาร

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	165	98.8	98.8	98.8
	1	2	1.2	1.2	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคไต

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	163	97.6	97.6	97.6
	1	4	2.4	2.4	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคสมองเสื่อม/โรคหลงลืม/ความจำเสื่อม

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	162	97.0	97.0	97.0
	1	5	3.0	3.0	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคแผลกดทับ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	166	99.4	99.4	99.4
	1	1	.6	.6	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

โรคหัวใจ

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	153	91.6	91.6	91.6
	1	14	8.4	8.4	100.0
	Total	167	100.0	100.0	

ตารางที่ 4-9

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ATOT	167	2.38	5.00	3.6909	.54448
BTOT	167	1.36	5.00	3.7142	.72565
CTOT	167	1.00	5.00	3.1460	1.02037
DTOT	167	2.00	4.75	3.2410	.52256
ETOT	167	2.09	5.00	3.9129	.54035
FTOT	167	2.40	4.60	3.3856	.45447
XTOTAL	167	2.21	4.70	3.5151	.42510
Valid N (listwise)	167				

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ตารางที่ 10

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
พอใจสิ่งที่ผ่านมา	167	1	5	4.00	.728
ไม่มีเรื่องกังวลใจ	167	1	5	3.25	1.159
ไม่รู้สึกผิดกับสิ่งที่ผ่านมา	167	1	5	3.31	.975
ใช้ชีวิตคุ้มค่า	167	1	5	4.36	.730
ไม่ท้อแท้ เบื่อหน่าย	167	1	5	3.11	1.169
ไม่รู้สึกกลัวสิ่งไม่ดีจะเข้ามา	167	1	5	2.87	1.126
อารมณ์ดี	167	1	5	3.59	.920
ยอมรับการเปลี่ยนแปลงร่างกาย	167	3	5	4.23	.588
พอใจสภาพชีวิต	167	1	5	4.05	.782
พอใจสิ่งที่เกิดขึ้น	167	1	5	3.99	.803
รู้ว่าสิ่งไหนทำแล้วมีความสุข	167	1	5	4.08	.748
พอใจสภาพแวดล้อม	167	1	5	3.92	.860
ทำสิ่งต่างๆ ได้ดี	167	1	5	4.05	.827
ชีวิตมีคุณค่า	167	2	5	4.23	.630
สบายใจในการดำเนินชีวิต	167	1	5	4.08	.764
ชอบสภาพแวดล้อม	167	1	5	2.75	1.068
รู้สึกปลอดภัย	167	1	5	3.60	.911
การเป็นผู้สูงอายุไม่เป็นอุปสรรค	167	1	5	4.20	.935
อุ่นใจเมื่อลูกหลานอยู่ใกล้	167	2	5	4.74	.540
มีความสุขในการพบปะเพื่อน	167	2	5	4.70	.576
GTOT	167	1.75	5.00	3.8216	.53567
Valid N (listwise)	167				

ตารางที่ 11

Group Statistics

	ความเพียงพอของรายได้	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GTOT	1	98	3.9005	.52058	.05259
	2	69	3.7094	.54051	.06507

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
GTOT	Equal variances assumed	.035	.852	2.299	165	.023	.1911	.08312	.02698	.35520
	Equal variances not assumed			2.284	143.053	.024	.1911	.08366	.02571	.35646

Group Statistics

	ภาวะหนี้สิ้น	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GTOT	1	47	3.7628	.57128	.08333
	2	120	3.8446	.52175	.04763

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
GTOT	Equal variances assumed	.102	.749	-.887	165	.376	-.0818	.09223	-.26393	.10030
	Equal variances not assumed			-.852	77.758	.397	-.0818	.09598	-.27291	.10927

Group Statistics

	ภาวะเงินออม	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GTOT	1	27	4.1574	.57457	.11058
	2	140	3.7568	.50477	.04266

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
GTOT	Equal variances assumed	2.136	.146	3.691	165	.000	.4006	.10854	.18631	.61493
	Equal variances not assumed			3.380	34.174	.002	.4006	.11852	.15980	.64144

Group Statistics

	การเข้าร่วมกิจกรรม	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GTOT	1	92	3.6429	.46454	.04843
	2	75	4.0407	.53850	.06218

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
GTOT	Equal variances assumed	8.107	.005	-5.123	165	.000	-.3977	.07764	-.55103	-.24443
	Equal variances not assumed			-5.046	147.021	.000	-.3977	.07882	-.55349	-.24197

Group Statistics

	ภาวะการเจ็บป่วย	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GTOT	1	51	3.9176	.48330	.06768
	2	116	3.7793	.55384	.05142

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
GTOT	Equal variances assumed	.617	.433	1.543	165	.125	.1383	.08963	-.03863	.31530
	Equal variances not assumed			1.628	108.655	.107	.1383	.08500	-.03013	.30680

ตารางที่ 12

		ATOT	BTOT	CTOT	DTOT	ETOT	FTOT	GTOT
ATOT	Pearson Correlation	1	.357(**)	.383(**)	.459(**)	.395(**)	.306(**)	.649(**)
	Sig. (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	167	167	167	167	167	167	167
BTOT	Pearson Correlation	.357(**)	1	.361(**)	.400(**)	.449(**)	.081	.418(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.000	.299	.000
	N	167	167	167	167	167	167	167
CTOT	Pearson Correlation	.383(**)	.361(**)	1	.431(**)	.461(**)	.075	.403(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	.335	.000
	N	167	167	167	167	167	167	167
DTOT	Pearson Correlation	.459(**)	.400(**)	.431(**)	1	.353(**)	-.082	.492(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	.290	.000
	N	167	167	167	167	167	167	167
ETOT	Pearson Correlation	.395(**)	.449(**)	.461(**)	.353(**)	1	.154(*)	.431(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	.047	.000
	N	167	167	167	167	167	167	167
FTOT	Pearson Correlation	.306(**)	.081	.075	-.082	.154(*)	1	.242(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.299	.335	.290	.047	.	.002
	N	167	167	167	167	167	167	167
GTOT	Pearson Correlation	.649(**)	.418(**)	.403(**)	.492(**)	.431(**)	.242(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.002	.
	N	167	167	167	167	167	167	167

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

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed)

		ATOT	BTOT	CTOT	DTOT	ETOT	FTOT	GTOT
ATOT	Pearson Correlation	1	.357(**)	.383(**)	.459(**)	.395(**)	.306(**)	.649(**)
BTOT	Pearson Correlation	.357(**)	1	.361(**)	.400(**)	.449(**)	.081	.418(**)
CTOT	Pearson Correlation	.383(**)	.361(**)	1	.431(**)	.461(**)	.075	.403(**)
DTOT	Pearson Correlation	.459(**)	.400(**)	.431(**)	1	.353(**)	-.082	.492(**)
ETOT	Pearson Correlation	.395(**)	.449(**)	.461(**)	.353(**)	1	.154(*)	.431(**)
FTOT	Pearson Correlation	.306(**)	.081	.075	-.082	.154(*)	1	.242(**)
GTOT	Pearson Correlation	.649(**)	.418(**)	.403(**)	.492(**)	.431(**)	.242(**)	1

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

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

ตารางที่ 13

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.715(a)	.512	.494	.38120	1.760

a Predictors: (Constant), FTOT, CTOT, BTOT, DTOT, ETOT, ATOT

b Dependent Variable: GTOT

ANOVA(b)

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	24.382	6	4.064	27.965	.000(a)
	Residual	23.250	160	.145		
	Total	47.632	166			

a Predictors: (Constant), FTOT, CTOT, BTOT, DTOT, ETOT, ATOT

b Dependent Variable: GTOT

Coefficients(a)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.431	.329		1.308	.193
	ATOT	.419	.069	.426	6.062	.000
	BTOT	.084	.048	.113	1.730	.086
	CTOT	.032	.035	.061	.907	.366
	DTOT	.203	.071	.198	2.844	.005
	ETOT	.098	.067	.099	1.453	.148
	FTOT	.116	.071	.099	1.632	.105

a Dependent Variable: GTOT

ประวัติการศึกษาและการทำงาน

หัวหน้าโครงการ

1. ชื่อ - นามสกุล (ภาษาไทย) นางสาวกุลธีรา ทองใหญ่
   ชื่อ - นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) MissKulteeraThongyai
2. เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน 1 8099 00102 38 1
3. ตำแหน่งปัจจุบัน อาจารย์
4. หน่วยงานและสถานที่อยู่ที่ติดต่อได้สะดวก
   หน่วยงาน คณะบริหารธุรกิจ
   มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
   สงขลาถนนราชดำเนินนอก ตำบลบ่อยาง
   อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา 90000
   โทร (074) 317176
   E-mail address kulteera.t@rmutsv.ac.th
5. ประวัติการศึกษา ปริญญาตรี วท.บ. (เศรษฐศาสตร์สหกรณ์)
   มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
   ปริญญาโท ศ.ม. (เศรษฐศาสตร์)
   มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
6. สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ สาขาวิชาเศรษฐศาสตร์

7. ผลงานและประสบการณ์วิจัย
   7.1 หัวหน้าโครงการวิจัย: โครงการวิจัยปัจจัยทางเศรษฐกิจที่ส่งผลกระทบต่อการลงทุนโดยตรงจากต่างประเทศในประเทศไทย
   7.2 งานวิจัยที่ทำเสร็จแล้ว:
   ชื่อผลงานวิจัย : การลงทุนโดยตรงจากต่างประเทศในกลุ่มประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน
   ปีที่พิมพ์ : ปี พ.ศ. 2558
   แหล่งทุน : งบประมาณเงินรายได้ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัยสงขลา

ชื่อผลงานวิจัย : ความคาดหวังของบุคลากรมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัยที่มีต่อการจัดตั้งสหกรณ์ออมทรัพย์มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ปีที่พิมพ์ : ปี พ.ศ. 2556

แหล่งทุน : งบประมาณเงินรายได้ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัยสงขลา

ชื่อผลงานวิจัย: ความพึงพอใจของสถานประกอบการที่มีต่อบัณฑิตคณะบริหารธุรกิจมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัยสงขลา

ปีที่พิมพ์ : ปี พ.ศ. 2555

แหล่งทุน : งบกลาง เงินรายได้ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัยสงขลา