



รายงานรวมบทความวิจัยและบทความวิชาการ
สืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ
(PROCEEDINGS)

การประชุมวิชาการ ระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 11
The 11th National and International Conference
“New Normal: การวิจัยเพื่อสังคมใหม่ ในยุคออนไลน์”
New Normal: The Research for New Social in the Online Era
27 -28 มิถุนายน 2563



สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลลำไทร อำเภोजังหวัดพระนครศรีอยุธยา

สารจากอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทความในหนังสือเล่มนี้เป็นบทความวิจัยและบทความวิชาการที่นำเสนอในการประชุมวิชาการระดับชาติ และนานาชาติครั้งที่11 ซึ่งจัดโดยสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ภายใต้ความร่วมมือกับภาคีทางวิชาการอันประกอบไปด้วย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ สถาบันไทยพัฒนา และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จัดขึ้นในวันที่ 27 มิถุนายน 2563

สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ก่อตั้งขึ้นในปี 2533 เพื่อฉลองครบรอบ 90 ปี พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวซึ่งทรงเป็นผู้ก่อตั้ง มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัตถุประสงค์หลักในการจัดตั้งสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ คือเพื่อสนับสนุนนักวิจัยวิจัยในการพัฒนางานวิจัยในด้านต่าง ๆ ของพระพุทธศาสนา และประยุกต์กับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อพัฒนาจิตใจและสังคม

ดังนั้นการสร้างเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากงานวิจัยและงานวิชาการในการประชุมวิชาการในครั้งนี้ ภายใต้สถานการณ์แพร่ระบาดของไวรัสโควิด19 จะเป็นการทบทวนองค์ความรู้ ในการทำความเข้าใจและเรียนรู้ สถานการณ์ทางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การประชุมวิชาการในหัวข้อ “New Normal: การวิจัยเพื่อสังคมใหม่ในยุคออนไลน์” จึงมีความสอดคล้องกับสถานการณ์ทางสังคมที่กำลังถูกท้าทายจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว

ขอขอบคุณนักวิชาการทุกคนที่ให้ความสนใจส่งบทความเข้าร่วมนำเสนอในครั้งนี้ และขอขอบคุณคณะบรรณาธิการ ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ภาคีทางวิชาการทุกท่าน เจ้าหน้าที่และนักวิจัยของสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ตลอดจนภาคีจิตอาสาจากหน่วยงานต่างๆ เช่น ศูนย์อาเซียนศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เชียงราย และอีกหลายๆท่าน ที่มีส่วนร่วมในการรวบรวมบทความวิจัยและบทความทางวิชาการในงานประชุมวิชาการในครั้งนี้ ขอขอบคุณทุกท่าน มา ณ โอกาสนี้



(พระราชปริยัติกวี,ศ.ดร.)

อธิการบดี

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สารจากผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์

การประชุมวิชาการและเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ “New Normal : การวิจัยเพื่อสังคมใหม่ใน ยุคออนไลน์” ได้จัดขึ้นเป็นประจำทุกปีและต่อเนื่องมาเป็นครั้งที่ 11 แล้ว โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นช่องทางในการสื่อสารและเผยแพร่ผลงานวิจัยและผลงานวิชาการของคณาจารย์ นักศึกษา และบุคคลทั่วไปทั้งในและนอกมหาวิทยาลัยสุภัทธารณชน ถือเป็นเวทีแลกเปลี่ยนประสบการณ์องค์ความรู้ซึ่งเกิดจากการศึกษาวิจัย และส่งต่อสู่สาธารณชน ในรูปแบบของประโยชน์จากงานวิจัย โดยเฉพาะองค์ความรู้จากการวิจัยที่มุ่งทบทวนและเสนอทางออกให้กับสังคมในยุคออนไลน์ ภายใต้ความเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วของสังคมยุคใหม่

การจัดประชุมวิชาการในครั้งนี้ถือเป็นกิจกรรมหนึ่ง ที่กระตุ้นและสร้างบรรยากาศการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถึงสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางสังคมร่วมกัน ภายในงานจึงได้จัดกิจกรรมการนำเสนอผลงานวิจัย และผลงานทางวิชาการในรูปแบบออนไลน์ ถือเป็นกรปรับเปลี่ยนรูปแบบการนำเสนอให้สอดคล้องกับสถานการณ์แพร่ระบาดของไวรัสโควิด19

การจัดประชุมนี้จะประสบผลสำเร็จและลุล่วงไปไม่ได้หากขาดความร่วมมือร่วมใจจากบุคลากรในทุกภาคส่วน ดังนั้นสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ขอขอบคุณ ภาคร่วมสัมมนา อันได้แก่ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ สถาบันไทยพัฒน์ และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ท่านอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย คณะกรรมการจัดการประชุม คณะอนุกรรมการดำเนินงานฝ่ายต่างๆ ผู้ทรงคุณวุฒิที่พิจารณาผลงาน วิทยากร ผู้ดำเนินรายการ หน่วยงานภายในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และบุคลากรของสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ทุกท่าน อย่างไรก็ตาม การประชุมครั้งนี้หากพบข้อบกพร่องประการใด สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ขอน้อมรับทุกคำติชม เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขการดำเนินงานประชุมในครั้งต่อไป



(พระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ.ดร.)

ผู้อำนวยการ สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สารบัญ

ที่	ชื่อบทความ	ชื่อผู้แต่ง	หน้า
1	ผลของการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษาควบคู่กับการถ่ายโยงการเรียนรู้ที่มีต่อความสามารถในการเรียงแก้วของนักเรียนชั้นประถมตอนปลาย	ณัฐฉัตร รมฤทธา สุนันทา ศรีศิริ พิมพ์ภา ม่วงศิริธรรม	1
2	ภาวะผู้นำตามหลักพรหมวิหาร 4 ของผู้ใหญ่บ้าน บ้านสตอ หมู่ 5 ตำบลเขวาสินรินทร์ อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์	วิชุดา ปานอำพันธ์ พระปลัดสุระ ญาณธโร/จันทึก เศรษฐพร หนุณชู	15
3	การวิเคราะห์การรับรู้วัฒนธรรมตราสินค้าแฟชั่นระดับหุดตราต่างประเทศ: กรณีศึกษา ผู้บริโภคตราสินค้า บาเลนเซียก้า กลุ่มเจนเนอเรชั่นวาย	จตุพร ราษฎร์ดี	29
4	การนำหลักธรรมสังคหวัตถุ 4 มาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้พิการในเขต องค์การบริหารส่วนตำบลสังขะ ตำบลสังขะ อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์	ทวีพร อุมเพ็ชร พระปลัดสุระ ญาณธโร กิตติคุณ ดั่งสงค์ พระครูปัญญาสุธรรมนิเทศก์	37
5	ปัจจัยคุณภาพผลิตภัณฑ์ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกถือครอง บัตรพลาเน็ต เอสซีบี ในเขตกรุงเทพมหานคร	จุฑาลักษณ์ เกษม	51
6	ความสัมพันธ์ระหว่างนายจ้างกับลูกจ้างที่ควรส่งเสริมตามหลักพุทธธรรม	แสนสุริยา รักเสมอ พระปริยัติพัชราภรณ์	67
7	การศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขต กรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี	อรณิชษฐ์ แสงทองสุข	81
8	การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองที่มีต่อการพัฒนาศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านโพนชาย ตามหลักอิทธิบาท 4 ตำบลบ้านขบ อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์	มรกต หล้าสงค์ พระปลัดสุระ ญาณธโร/จันทึก พระครูสุธรรมกิจโกศล กิตติคุณ ดั่งสงค์	95
9	การปกครองชุมชนตามหลักธรรมมาภิบาลของผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ 7 ตำบลตานี อำเภอลำดวน จังหวัดสุรินทร์	มารศรี สืบสาย พระปลัดสุระ ญาณธโร พระครูปัญญาสุธรรมนิเทศก์ ลัดดาวัลย์ คงดวงดี	111
10	การสำรวจองค์ความรู้เกี่ยวกับการบริหารสมรรถนะบุคลากรในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในฐานะข้อมูลของศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย (TCI) ระหว่าง พ.ศ. 2552-2562	ศรันย์ดิษฐ์ เบญจพงศ์	125
11	การปรับตัวข้ามวัฒนธรรมของพระสงฆ์ในอาเซียนที่มาศึกษา ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย	พระอุดมทรัพย์ เคื่องไวยะเกต	137

ที่	ชื่อบทความ	ชื่อผู้แต่ง	หน้า
12	การพัฒนาความสามารถในการแก้โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ โดยใช้กิจกรรมการเรียนรู้การสอนด้วยบาร์โมเดล	ภาวิณี สืบสวน เพ็ญพร ทองคำสูง อารีวรรณ เอี่ยมสะอาด พัชรินทร์ บางเขียว	157
13	การสร้างพื้นที่สีเขียวของชุมชนในจังหวัดอุทัยธานี (หุบป่าตาด)	พระราชอุทัยโสภณ พระครูอุเทศธรรมสาทิศ นายสุวิชัย อินทกุล	175
14	บทบาทหน้าที่ของครูพลศึกษาในการเตรียมทีมกีฬาฟุตบอลระดับมัธยมศึกษา	ศราวุฒิ ไม้แหลม สาธิน ประจันบาน	189
15	แฟ้มสะสมงาน : การเรียนรู้ในช่วงนิวนอร์มอล	ละเอียด แจ่มจันทร์	205
	ภาคผนวก		213

การศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์

เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี

The study quality of life of the elderly in the online society era
in Bangkok, Pathum Thani and Nonthaburi

ผศ.อรณิชฐ์ แสงทองสุข¹

คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยศรีปทุม

E-mail: oranit.sa@spu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขต กรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี 2) เพื่อกำหนดแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขต กรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุสัญชาติไทย ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่เป็นสมาชิกสมาคม ผู้สูงอายุ เขต กรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี มีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ที่มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.860 จำนวน 400 ฉบับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติที่ สถิติเอฟ และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีโดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพร่างกายที่ดี โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง โดยภาพรวม โดยภาพรวม พบว่าคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ทั้ง 6 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}=3.43$, S.D.=0.38) โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านสภาพร่างกายที่ดี ($\bar{x}=3.62$, S.D.=0.44) รองลงไปคือ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ($\bar{x}=3.52$, S.D.=0.44) ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ($\bar{x}=3.49$, S.D.=0.58) ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ($\bar{x}=3.41$, S.D.=0.48) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ($\bar{x}=3.33$, S.D.=0.53) และด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ($\bar{x}=3.19$, S.D.=0.59) ตามลำดับ

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ สังคมออนไลน์

¹ อาจารย์ประจำ สาขาวิชาการบริหารและการจัดการสมัยใหม่ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยศรีปทุม E-mail: oranit.sa@spu.ac.th

ABSTRACT

The purpose of this research was (1) To study quality of life of the elderly in the online society era in Bangkok, Pathum Thani and Nonthaburi (2) To determine guidelines for the development of the quality of life the elderly Bangkok, Pathum Thani and Nonthaburi. The samples were Thai elderly aged 60 years and over who were members of the Elderly Association in Bangkok, Pathum Thani and Nonthaburi. Data were collected by questionnaires with a reliability of 0.84 in total, 400 copies. The statistical program used in the research was composed of frequency, percentage, mean, standard deviation, T statistic, F statistic and Multiple Regression Analysis. The research found that all 6 aspects were at a moderate level (= 3.43, SD = 0.38), with the highest mean being good physical condition (= 3.62, SD = 0.44), followed by emotional state Good (= 3.52, SD = 0.44) in social integration (= 3.49, SD = 0.58) in good living conditions (= 3.41, SD = 0.48) in interpersonal relations (= 3.33, SD = 0.53) and self-determination (= 3.19, SD = 0.59) respectively.

Key words: quality of life of the elderly, elderly online society

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุกำลังเป็นประเด็นที่หลายประเทศทั่วโลกให้ความสำคัญ และนำมาซึ่งความท้าทายในหลายมิติ ทั้งการลดลงของจำนวนแรงงานที่อาจส่งผลต่อการขยายตัวทางเศรษฐกิจ การออกแบบระบบบำนาญและบำนาญ การสร้างความมั่นคงทางการเงินหลังวัยเกษียณ ตลอดจนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ ผู้สูงอายุ ล้วนแต่จำเป็นต้องมีมาตรการและการเตรียมพร้อมเพื่อรับมือกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรอบด้าน สำหรับบริบทสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย ปัจจุบันกำลังเปลี่ยนผ่านเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ โดยประเทศไทยมี สัดส่วนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ขณะที่ประชากรในวัยแรงงานมีแนวโน้มลดลงอย่างรวดเร็วเมื่อเทียบกับประเทศอื่นๆ ในภูมิภาคอาเซียน ขณะที่จำนวนรวมของประชากรประเทศไทยค่อนข้างจะคงตัวนั้น ประชากรในกลุ่มที่เป็นส่วนยอดของพีระมิดหรือประชากรผู้สูงอายุมีขนาดใหญ่ขึ้น และที่สำคัญคือเติบโตอย่างรวดเร็ว ในปี พ.ศ. 2553 ที่ผ่านมามีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวน 7.5 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 12 ของประชากรประเทศไทยทั้งหมด 64 ล้านคน แต่ประชากรกลุ่มผู้สูงอายุนี้จะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ด้วยอัตราปีละประมาณร้อยละ 5 ทำให้เพิ่มจำนวนขึ้นอีกเท่าตัวเป็นประมาณ 15 ล้านคน ในอีก 20 ปีข้างหน้า ซึ่งคิดเป็นประมาณร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และเพิ่มเป็น 16.6 ล้านคนในอีก 30 ปีข้างหน้า หรือคิดเป็นประมาณร้อยละ 27 ของประชากรทั้งหมด ถ้าแบ่งประชากรสูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปออกเป็น 3 กลุ่ม คือ (1) กลุ่มผู้สูงอายุวัยต้น อายุ 60 – 69 ปี (2) กลุ่มผู้สูงอายุวัยกลาง อายุ 70 – 79 ปี และ

(3) กลุ่มผู้สูงอายุวัยปลาย อายุ 80 ปีขึ้นไป² นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยของ Chen et al.,³ ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของคนที่อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 356 คน ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเพศชายได้แก่อายุ การไม่เจ็บไข้ได้ป่วย การมีสถานะทางการเงินที่ดี การไม่ขัดแย้งกับผู้อื่น การมีลูกหลานเป็นเพื่อน และประสิทธิภาพของตนเอง ในขณะที่ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเพศหญิง ได้แก่ การไม่เจ็บไข้ได้ป่วย การไม่ขัดแย้งกับผู้อื่น การมีบทบาทในสังคม การทำกิจกรรมส่วนตัว และกิจกรรมกลุ่ม

ปัจจุบันโลกกำลังเปลี่ยนผ่านเข้าสู่ยุคข้อมูลข่าวสาร (Information age) เนื่องมาจากการพัฒนาของเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร⁴ ข้อมูลข่าวสารจึงเป็นทรัพยากรทางสังคมที่มีค่าของคนทั่วไปในการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจ ความเชื่อ ทศนคติและพฤติกรรมเรื่องใดเรื่องหนึ่งอันมีผลต่อการดำรงชีวิตในสังคม ปัจจุบันสื่อสังคม (Social media) เป็นแหล่งข้อมูลข่าวสารที่ใหญ่ที่สุด ผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์สามารถรับรู้ข้อมูลเหตุการณ์ต่างๆ ได้ทั่วโลก และสามารถกระทำได้ในเวลาอันรวดเร็ว ง่ายต่อการใช้งาน ไม่จำกัดแหล่งข้อมูล สามารถเชื่อมต่อไปยังข้อมูลอื่น ๆ ได้ นอกจากนี้ยังพบว่าสื่อสังคมออนไลน์ มีคุณลักษณะของการสื่อสารแบบการแสวงหาข้อมูลตามความสนใจของผู้ใช้ (Information pull) แตกต่างจากสื่อมวลชนประเภทอื่นที่ผลักดันข้อมูลสู่ประชาชน (Information push) สื่อสังคมออนไลน์เป็นสื่อที่ควบคุมได้โดยผู้ใช้งานสามารถเปิดรับข่าวสารที่ต้องการปฏิเสธข้อมูลข่าวสารที่ไม่น่าสนใจได้ การเรียกหาข้อมูลสามารถกระทำได้ไม่จำกัดจำนวนในการเลือกเปิดรับข่าวสาร รวมทั้งสามารถควบคุมข้อมูลข่าวสารที่ต้องการเปิดรับได้มากกว่าสื่ออื่น ๆ⁵ ประเทศไทยมีจำนวนผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ เพิ่มขึ้นทุกปี และได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตประจำวันของทุกคนในประเทศอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งวัยเด็ก วัยรุ่น วัยทำงาน ไม่เว้นแม้แต่วัยชราหรือกลุ่มผู้สูงอายุ

จากผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ปี พ.ศ. 2561 ของสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ พบว่ากลุ่มผู้สูงอายุมีการใช้อินเทอร์เน็ตโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 4 ชั่วโมง 54 ต่อวัน เมื่อพิจารณาถึงกิจกรรมบนออนไลน์ที่นิยมใช้สื่อสังคมออนไลน์ (Social Media Online) ยังคงอยู่ใน อันดับสูงสุดรองลงมาคือ การดูทีวี ภาพยนตร์ และการฟังเพลงออนไลน์ ซึ่งสอดคล้องกับตัวเลขการใช้งานเฟซบุ๊ก

² กรมกิจการผู้สูงอายุ, “ยุทธศาสตร์แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ”, <http://www.dop.go.th/th>, 21 พฤศจิกายน 2562.

³ Chen, J., Murayama, S., and Kamibepu, K., “Factors related to well-being among the elderly in urban China focusing on multiple roles”, *BioScience Trends Review* 4, no.2 (2010): 61-71.

⁴ สิทธิชัย คูเจริญสิน, การศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมของผู้สูงที่พักอาศัยในเขตอำเภอเมือง จ.ชลบุรี. *วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต*, (มหาวิทยาลัยบูรพา, 2559), หน้า 190-198.

⁵ กาญจนา แก้วเทพ, *ศาสตร์แห่งสื่อ และวัฒนธรรมศึกษา*, (กรุงเทพฯ: เอ็ดดิสันเพรส โปรดักส์ จำกัด, 2550), หน้า 63.

⁶ สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2562, “ผู้สูงอายุกับการใช้สื่อออนไลน์”, <https://www.etda.or.th/>, 21 พฤศจิกายน 2562.

(Facebook) ไลน์ (LINE) ยูทูบ (YouTube) ของประเทศไทยในปัจจุบัน⁷ อีกทั้งจากผลการสำรวจการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2561 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ⁸ พบว่า ผู้สูงอายุมีการใช้อินเทอร์เน็ตประมาณร้อยละ 21.2 โดยกรุงเทพมหานครและในเขตเทศบาลมีการใช้มากที่สุด ส่วนใหญ่ใช้เพื่อค้นหาข้อมูล ร้องลงมา คือ ติดตามข่าวสาร และรับ-ส่งอีเมล และจากผลการศึกษาค้นคว้าการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ ของกลุ่มผู้สูงอายุพบว่า สื่อสังคมออนไลน์มีผลดีกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะการดูแลตนเองทั้งในส่วนของสุขภาพทางกายหรือสุขภาพทางจิต⁹

จากการทบทวนวรรณกรรมดังกล่าวข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาวิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี” ซึ่งผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ได้ข้อเสนอเชิงนโยบายและแนวทางการเตรียมความพร้อมด้านคุณภาพในการดำเนิน ชีวิต ในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุยุคสังคมออนไลน์ รวมถึงการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างชุมชนและท้องถิ่นสู่การพัฒนาอย่างสร้างสรรค์ในอนาคตต่อไป และชุมชนได้แนวทางสำหรับการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับผู้สูงอายุ ให้มีคุณภาพในการดำเนินชีวิต ที่ดีและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมยุคสังคมออนไลน์ ต่อไป ตลอดจนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุมชนหรือท้องถิ่น สามารถนำผลการวิจัยนี้ ไปปรับใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุยุคสังคมออนไลน์ อย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนหรือท้องถิ่นต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขต กรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี
2. เพื่อกำหนดแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขต กรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี

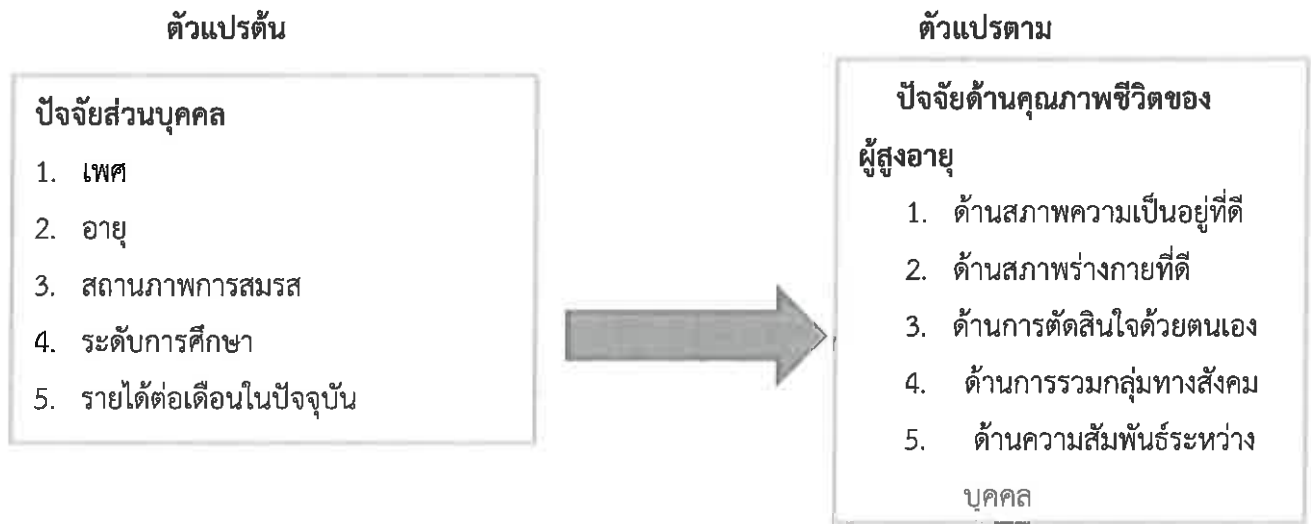
กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี” ที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีตัวแปรที่เกี่ยวข้อง สามารถนำมาพัฒนาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ได้ดังนี้

⁷ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, “พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุ”, [https://www.m-society.go.th/] วันที่ 21 พฤศจิกายน 2562.

⁸ สำนักงานสถิติแห่งชาติ, “สถิติผู้สูงอายุ”, [http://www.nso.go.th/], วันที่ 23 พฤศจิกายน 2562.

⁹ อุตัย ยะรี, 2562, “การใช้สื่อสังคมออนไลน์กับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุในยุคไทยแลนด์ 4.0”, วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง, (ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน 2562), 226



แบบแผนการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แนวคิดทฤษฎีที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ โดยใช้ตัวชี้วัดระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จากแนวคิด ทฤษฎี ของ Schalock, L. R.¹⁰ ประกอบด้วย ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และด้านสภาพอารมณ์ที่ดี

ระเบียบวิธีวิจัย

1. การศึกษาเชิงคุณภาพ

ในการศึกษาเชิงคุณภาพครั้งนี้ผู้วิจัย ใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structural interview) เป็นเครื่องมือในการวิจัย โดยศึกษาเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุ ที่มีอายุ 60 ขึ้นไป มีสัญชาติไทย และเป็นสมาชิกสมาคมผู้สูงอายุ เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ซึ่งมีขั้นตอนการวิจัยดังนี้

1 การค้นคว้าเอกสาร (Documentary Research) เป็นการรวบรวม ค้นคว้าข้อมูล เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์ และขอบเขตการวิจัยตามที่ได้ระบุไว้แล้วข้างต้น รวมทั้งข้อมูลอื่น ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาและการเขียนรายงานการวิจัย สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลจากการค้นคว่าเอกสารนั้น ผู้วิจัยใช้วิธีการประมวลวิเคราะห์ และอภิปรายสรุปผลร่วมกันตลอดจนใช้วิธีการตีความ เพื่อหาข้อสรุปที่เป็นประโยชน์สามารถนำมาใช้ประกอบการเขียนรายงาน เพื่อให้ได้รายละเอียดที่สมบูรณ์ครบถ้วนมากที่สุด

2. การจัดสนทนากลุ่ม (Focus Group) ทั้งนี้ผู้วิจัยจัดการสนทนากลุ่ม (Focus Group) โดยสนทนากลุ่มกับผู้สูงอายุ ที่มีอายุ 60 ขึ้นไป มีสัญชาติไทย และเป็นสมาชิกสมาคมผู้สูงอายุ เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี เท่านั้น จังหวัด ละ 6-8 คน โดยผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-

¹⁰ Schalock, L. R. 2004, "The concept of quality of life: what we know and do not know". *Journal of Intellectual Disability Research* Vol. 43, no3 (March 2004), 203-390.

structural interview) ที่ประกอบด้วยหัวข้อการสัมภาษณ์ถึงปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม และด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

3. การวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อรวบรวมข้อมูลได้ครบถ้วนแล้วผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากข้อมูลที่บันทึกไว้ โดยทำการแยกแยะจัดกลุ่มข้อมูล เชื่อมโยงความคิด ขยายความเชื่อมโยง หาความหมายและหาข้อสรุป

2. การศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ

ในการวิจัยเชิงปริมาณครั้งนี้ผู้วิจัย ใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการวิจัยโดยใช้แบบสอบถาม เก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมาจากการศึกษาแนวความคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยลักษณะของ แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ส่วนโดยแต่ละข้อคำถามมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) โดยใช้วิธี Likert Scale มี 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบให้ตรงกับที่เป็นจริงมากที่สุด

ส่วนที่ 1 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพการสม ระดับการศึกษา และรายได้ต่อเดือนในปัจจุบัน

ส่วนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ ผู้วิจัยใช้แนวคิด ทฤษฎี ของ Schalock, L. R.¹¹ ประกอบด้วย ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม และด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

3. ประชากรและตัวอย่าง

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ โดยได้กำหนดให้ค่าความคลาดเคลื่อน = 0.05 ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางการกำหนดกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie และ Morgan¹² ได้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ทั้งสิ้น จำนวน 400 คน

4. ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น ได้แก่

ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา และรายได้ ต่อเดือนในปัจจุบัน

ตัวแปรตาม ได้แก่

¹¹ Schalock, L. R. 2004, "The concept of quality of life: what we know and do not know", *Journal of Intellectual Disability Research* Vol. 43, no3 (March 2004), 203-390.

¹² Krejcie, R. V. & Morgan, D. W., "Determining Sample Size for Research Activities. Educational and Psychological Measurement", *Journal of Management* Vol. 43, no3 (June 1970), 65-68.

ปัจจัยด้านคุณภาพในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ ผู้วิจัยใช้แนวคิด ทฤษฎี ของ Schalock, L. R.¹³ ประกอบด้วย ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพ ความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม และด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. จัดทำจดหมายแนะนำตัว เพื่อขอความอนุเคราะห์สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล จาก มหาวิทยาลัยศรีปทุม ไปยังสมาคมผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยส่งแบบสอบถามพร้อมหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถามไปยัง สมาคมผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองในบางส่วน และบางส่วนจะทำการ ส่งทางไปรษณีย์ให้กับผู้ประสานงานซึ่งปฏิบัติงานอยู่ภายในสมาคมผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ในกรณีที่ ยังไม่ได้รับแบบสอบถามคืน ผู้วิจัยจะดำเนินการติดตามครั้งที่ 2 และ 3 โดยวิธีการต่างๆ เช่น ส่งแบบสอบถามไป ให้ใหม่ โทรศัพท์สอบถาม และติดตามด้วยตนเอง ทั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ที่สุด
3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สมบูรณ์ จำนวน 400 ชุด มาวิเคราะห์ข้อมูล

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการรวบรวมแบบสอบถามที่ได้รับทั้งหมด นำมาวิเคราะห์และประมวลผลข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัย โดยกำหนดระดับความมี นัยสำคัญ 0.05 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้

1. ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ใช้สำหรับวิเคราะห์ปัจจัยพื้นฐานส่วน บุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือนในปัจจุบัน
2. ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation หรือ S.D.) ใช้สำหรับ วิเคราะห์ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์
3. ใช้การวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) สำหรับคำนวณค่าสำคัญ ทางสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ครั้งนี้กำหนดไว้ที่ระดับ .05 และ .01

สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิจัย “เรื่องการศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรีกรณีศึกษา” พบว่า

ด้านเพศ พบว่า ในภาพรวมผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ที่เป็นเพศหญิง มี คุณภาพชีวิตสูงกว่าเพศชาย และผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกัน มีคุณภาพชีวิต โดยรวม ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณา รายด้าน พบว่า ผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี มีคุณภาพชีวิตที่มีเพศต่างกัน มี

¹³ Schalock, L. R. 2004, “The concept of quality of life: what we know and do not know”, *Journal of Intellectual Disability Research* Vol. 43, no3 (March 2004), 203-390.

คุณภาพชีวิตด้านการรวมกลุ่มทางสังคม และด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เท่านั้นที่แตกต่างกัน ด้านอายุ พบว่า ในภาพรวมผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ที่มีอายุ 71-75 ปี มีคุณภาพชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่มี อายุ 60-65 ปี อายุ 66-70 ปี อายุ 76-80 ปี และอายุ 80 ปีขึ้นไป ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว พบว่าผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรีที่มีอายุต่างกัน มีคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน ทั้ง 6 ด้าน พบว่า ผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ที่มีอายุต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันในด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง และด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ส่วนด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และด้านสภาพอารมณ์ที่ดี พบว่า ไม่แตกต่างกัน ด้านสถานภาพการสมรส พบว่า ในภาพรวมผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรีที่มีสถานภาพโสด มีคุณภาพชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส และผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหย่า/หม้าย/แยกกันอยู่ ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ผลการทดสอบ พบว่า สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรีที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน ทั้ง 6 ด้าน พบว่า ผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรีที่มีสถานภาพการสมรส ต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันในด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ส่วนด้านสภาพอารมณ์ที่ดี พบว่า ไม่แตกต่างกัน

จากการจัดสนทนากลุ่ม (Focus Group) โดยผู้วิจัยจัดการสนทนากลุ่ม (Focus Group) กับผู้สูงอายุ ที่มีอายุ 60 ขึ้นไป มีสัญชาติไทย และเป็นสมาชิกสมาคมผู้สูงอายุ เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรีเท่านั้น จังหวัด ละ 6-8 คน ทั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structural interview) ที่ประกอบด้วยหัวข้อการสัมภาษณ์ถึงปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคสังคมออนไลน์ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ผลการสัมภาษณ์พบว่า

ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เช่น Line Application ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสภาพอารมณ์ที่ดี เนื่องจากได้ถามไถ่สารทุกข์สุกดิบกับลูกหลาน และเพื่อนตลอดจนบุคคลรอบข้าง ทำให้ผู้สูงอายุคลายความกังวลในเรื่องต่างๆ ได้ หากผู้สูงอายุมีปัญหาที่สามารถติดต่อลูกหลานผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ได้ทันที นอกจากนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีความคิดเห็นตรงกันอีกว่าสื่อสังคมออนไลน์ มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุมาก ไม่ว่าจะเป็นทำให้ผู้สูงอายุ ก้าวทันโลก รับรู้ข่าวสาร เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ตลอดเวลาอย่างง่ายดาย ไม่เบื่อ และสามารถคลายความเหงา ทำให้ผู้สูงอายุไม่เป็นโรคซึมเศร้าอีกด้วย

ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์นั้นมีประโยชน์กับผู้สูงอายุอย่างมาก เพราะสื่อสังคมออนไลน์ทำให้สามารถติดต่อลูกหลานได้ง่ายขึ้น และมีสังคมพบปะเพื่อนฝูงวัยเดียวกันได้ง่ายขึ้นอีกด้วย สามารถสร้างความใกล้ชิดให้กับผู้สูงอายุและบุคคลรอบข้างได้อีกด้วย

ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นตรงกัน การใช้สื่อสังคมออนไลน์นั้น ส่งผลทำให้ผู้สูงอายุมีสภาพความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น มีสภาวะจิตใจที่ดีขึ้น โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ใช้แอปพลิเคชัน เฟสบุ๊ก และไลน์ ในการติดตามข่าวสารหมวดหมู่ด้านสุขภาพและด้านการแพทย์มากที่สุด รองลงมาคือ หมวดหมู่อาหารและเครื่องดื่มและน้อยที่สุดคือหมวดหมู่ด้านความบันเทิง นอกจากนี้ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เคยมีการซื้อสินค้าผ่านทางออนไลน์ ผ่านช่องทางเว็บไซต์และแอปพลิเคชัน มากกว่าช่องทางเฟสบุ๊กและไลน์ ในขณะที่กลุ่มผู้สูงอายุไม่ได้ซื้อสินค้าในหมวดหมู่ บริการด้านการเงิน การออกกำลังกาย/อาหารเสริม และการดูแลสุขภาพพื้นฐาน เนื่องจากต้องการการสอบถามและได้รับคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ มีข้อมูลครบถ้วน น่าเชื่อถือประกอบการตัดสินใจอย่างละเอียด

ด้านสภาพร่างกายที่ดี ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า ผลกระทบจากการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ มีผลในด้านสุขภาพ คือ มีอาการปวดหลัง เมื่อยข้อมือ และหัวไหล่ และการพูดคุยผ่าน เฟสบุ๊ก และไลน์ เป็นเวลานานจะส่งผลต่อสุขภาพทำก่อให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น อดหลับอดนอน และการใช้สื่อสังคมออนไลน์มากจนเกินไปทำให้ร่างกายพักผ่อนไม่เพียงพอ ส่งผลให้ภูมิคุ้มกันโรคลดลงเป็นหวัดได้ง่ายขึ้น หรือคุยโทรศัพท์ติดต่อกันเป็นเวลา ทำให้สูญเสียการได้ยินไปชั่วขณะ หรือมีปัญหาทางสายตาเพราะจ้องมองเป็นระยะเวลาานาน เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ ผู้สูงอายุทราบเป็นอย่างดีถึงผลกระทบที่เกิดจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นระยะเวลาานานติดต่อกัน

ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า ผู้สูงอายุใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อติดต่อสื่อสารกับครอบครัวและเพื่อนตลอดจนบุคคลอื่นที่มีความเกี่ยวข้องกัน ซึ่งสื่อสังคมออนไลน์ที่ผู้สูงอายุนิยมใช้คือ เฟสบุ๊กและไลน์ โดยใช้สื่อสังคมออนไลน์ในการติดตามข่าวสารต่างๆ มีการนัดหมายรวมกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมกันทางเฟสบุ๊กและไลน์กรุป มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลที่เป็นประโยชน์ทางไลน์กรุปเป็นประจำทุกวัน ส่วนด้านปัญหาและอุปสรรคการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุคือขาดความรู้ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างแท้จริง ทำได้เพียงส่งข้อมูลข่าวสารถึงกันเท่านั้นและสมรรถภาพร่างกายของผู้สูงอายุเสื่อมลงตามกาลเวลา

ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า ผู้สูงอายุไม่ได้ตัดสินใจใช้สื่อสังคมออนไลน์ด้วยตนเอง มีลูกหลานแนะนำและสอนให้ใช้เนื่องจากสะดวกและสามารถติดต่อลูกหลานได้ง่ายหากเกิดความจำเป็นหรือกรณีเจ็บป่วยฉุกเฉิน นอกจากนี้สาเหตุการตัดสินใจใช้สื่อออนไลน์ของผู้สูงอายุเนื่องจากสื่อออนไลน์มีเนื้อหาสาระที่มีความทันสมัยและทันต่อเหตุการณ์ ค้นพบ เนื้อหาได้สะดวก และเข้าถึงเนื้อหาได้ง่ายหลากหลายช่องทาง

อภิปรายผล

ผลจากการศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย กรณีศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ทั้ง 6 ด้านอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านสภาพร่างกายที่ดี รองลงไปคือ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และด้าน

การตัดสินใจด้วยตนเอง ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิษณุวิ คณะผล¹⁴ ที่ได้ทำการศึกษาวัยวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการใช้และผลการใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีผลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ด้านการสื่อสาร ด้านการแสดงออก ด้านเวลา ด้านสังคม ด้านบันเทิง และด้านธุรกิจ ในภาพรวม อยู่ในระดับ ปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.27 โดยเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ระดับผลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนนทบุรี โดยด้านที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านการสื่อสาร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 อยู่ในระดับ ปานกลาง รองลงมาด้านการแสดงออกมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43 อยู่ในระดับปานกลาง และคะแนนเฉลี่ยที่มี สัดส่วนต่ำที่สุด คือ ด้านเวลามีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.94 อยู่ในระดับน้อย และสอดคล้องกับงานวิจัยของ กันทพล บรรทัดทอง¹⁵ ที่ทำการศึกษาวัยวิจัยเรื่องพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และความพึงพอใจของกลุ่มคน ผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุที่ใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์ เพื่อติดตามข้อมูลข่าวสาร จำนวน 313 คน คิดเป็นร้อยละ 78.25 รองลงมา คุยกับเพื่อนปัจจุบันและเพื่อนเก่า จำนวน 313 คนคิดเป็นร้อยละ 78.00 เล่นเกมส์ จำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 40.50 หาเพื่อนใหม่ จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 15.00 ขายสินค้าโฆษณาและประชาสัมพันธ์ จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 5.75 อื่น ๆ ได้แก่ ซื้อสินค้าและบริการ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.25 ผู้สูงอายุใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ Line มาก ที่สุด จำนวน 322 คน คิดเป็นร้อยละ 80.50 รองลงมานิยมใช้ Facebook จำนวน 290 คน คิดเป็นร้อยละ 72.50 นิยมใช้ Instagram จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 20.50 นิยมใช้ Twitter จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 16.25 สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพร คูหา¹⁶ ได้ศึกษาแนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของ เทศบาลตำบลหนองขาว อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี ผลการศึกษาพบว่า 1) สภาพคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่มีปัญหาด้านร่างกายโดยการเจ็บป่วยทางร่างกาย ด้านจิตใจพบว่ามีปัญหาเกี่ยวกับความจำไม่ดี แต่ พบว่ามีความพอใจต่อความสัมพันธ์ทางสังคมเกี่ยวกับการดูแลเอาใจใส่ของสมาชิกในครอบครัว นอกจากนี้ยัง พบว่ามีความพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมภายนอกบ้าน เช่น สะอาด บรรยากาศดี ไม่มีมลพิษ 2) ปัญหาการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ปัญหาส่วนใหญ่เกิดจากผู้สูงอายุขาดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสภาพปัญหาของตนเองที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และ 3) แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุพบว่า ต้องให้ความสำคัญในการปรับปรุงคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกายเป็นอันดับแรกก่อน โดยการ ออกหน่วยตรวจสุขภาพเคลื่อนที่เป็นประจำทุกเดือน รองลงมาต้องให้ความสำคัญทางด้านจิตใจโดยการ เสริมสร้างความมั่นคงทางใจด้วยการจัดโครงการแสดงธรรมเทศนาสำหรับผู้สูงอายุเป็นประจำทุกเดือน

¹⁴ พิษณุวิ คณะผล, พฤติกรรมการใช้และผลการใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุใน จังหวัดนนทบุรี, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, (มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์, 2559), หน้า 80-92.

¹⁵ กันทพล บรรทัดทอง, พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และความพึงพอใจของกลุ่มคนผู้สูงอายุ ในเขต กรุงเทพมหานคร, วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต, (มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, 2557), หน้า 97-105.

¹⁶ สุพร คูหา, แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหนองขาว อำเภอท่าม่วง จังหวัด กาญจนบุรี, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, (มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2552), หน้า 136-148.

นอกจากนี้ควรเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ โดยจัดกิจกรรมกลุ่ม ชมรมสำหรับผู้สูงอายุ เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม รวมถึงแนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตด้านสภาพแวดล้อม ควรเน้นให้มีการเพิ่มเงิน เบี้ยยังชีพคนชราแบบจัดเป็นสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุโดยมีหลักเกณฑ์ชัดเจน สอดคล้องกับงานวิจัยของ สิงหา จันทริยวงศ์¹⁷ ได้พัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็น ศูนย์กลาง ผลการวิจัยพบว่า 1) องค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชนบทของไทยเกี่ยวข้องกับ องค์ประกอบ 2 ประการคือ องค์ประกอบภายในเป็นผลจากความเสื่อมทางร่างกายที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตและ พฤติกรรมส่วนตัวและสังคม ซึ่งอธิบายได้ด้วยทฤษฎีผู้สูงอายุ และองค์ประกอบ ภายนอกเกี่ยวข้องกับการ พึ่งพิงทางเศรษฐกิจ เพื่อการดำรงชีพขั้นพื้นฐานในสังคมวัฒนธรรมยุคโลกาภิวัตน์ที่เปลี่ยนแปลงก่อให้เกิด ปัญหาต่อผู้สูงอายุอย่างหลากหลาย นอกจากนี้การศึกษาที่ไม่เท่าเทียมและการรับรู้ข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัยมี ความขัดแย้งกับภูมิปัญญาดั้งเดิม ทั้งนี้สิ่งแวดล้อมในอดีตถูกทำลายโดยระบบทุนนิยมเป็นอุปสรรคสำหรับ ผู้สูงอายุในชนบทซึ่งพึ่งพาธรรมชาติเพื่อการดำรงชีพ อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุมีโอกาสได้รับพิทักษ์จาก สิ่งแวดล้อมทั้งทางตรงและทางอ้อม แม้ว่าสวัสดิการจากภาครัฐและเอกชนมีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือ ผู้สูงอายุในรูปแบบที่หลากหลาย แต่สวัสดิการดังกล่าวมีจำนวนจำกัดและยังไม่ครอบคลุมผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ใน ชนบท 2) การสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง เป็น ข้อเสนอเชิงยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบท ซึ่งได้จากการสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับ ผู้สูงอายุในชนบททุกด้านเป็นฐานข้อมูล ได้รูปแบบซึ่งประกอบด้วย ยุทธศาสตร์การพัฒนา 5 ด้าน คือ การ เตรียมความพร้อม การส่งเสริมโดยครอบครัว ระบบคุ้มครองสวัสดิการโดยครอบครัว การพัฒนาบุคลากรด้าน ครอบครัว การจัดการความรู้และการวิจัยโดยครอบครัว

ซึ่งรูปแบบดังกล่าวนี้ ได้รับการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญด้านสูงอายุและ ครอบครัว รวมทั้งได้รับการยอมรับและความพึงพอใจจากกลุ่มผู้สูงอายุ ผู้ดูแลใกล้ชิดผู้สูงอายุและผู้นำชุมชน อยู่ในเกณฑ์ดี สรุปโดยภาพรวม รูปแบบที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง เป็นการวิจัยที่มุ่งแสวงหาองค์ความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุโดยเฉพาะในชนบทเพื่อพัฒนา คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ดำรงคุณค่าแห่งบุษนิยะบุคคลของสังคมอย่างยั่งยืนสืบไป สอดคล้องกับงานวิจัย ของ ศิรินุช ฉายแสง¹⁸ ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดอำนาจเจริญ ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยทางชีวะสังคม 5 ตัวแปร กลุ่มปัจจัยนำ 6 ตัวแปร กลุ่มปัจจัยเอื้อ 2 ตัวแปร และ ปัจจัยเสริม 2 ตัวแปร รวม 15 ตัวแปร มีความสัมพันธ์เชิงเส้นกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2) ตัวแปรพยากรณ์ที่ดี ของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มีทั้งหมด 6 ตัวแปร ได้แก่ ความเชื่อความสามารถตนเองในการมีคุณภาพชีวิตที่ดี การได้รับแรงสนับสนุนจากผู้นำชุมชนและชาวบ้าน การรับรู้ประโยชน์ของการมีคุณภาพชีวิตดี อาชีพหลัก และ

¹⁷ สิงหา จันทริยวงศ์, การพัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็น ศูนย์กลาง, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, (มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์, 2551), หน้า 96-110.

¹⁸ ศิรินุช ฉายแสง, ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดอำนาจเจริญ, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, (มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี, 2553), หน้า 68-76.

การได้รับแรงสนับสนุนจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและสถานภาพ โดยตัวแปรพยากรณ์ทั้งหมดนี้สามารถพยากรณ์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้ร้อยละ 54.6 และมีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์เท่ากับ .387 สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนะโชค คำวัน¹⁹ ได้ศึกษาแนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปลาปาก จังหวัดนครพนม ผลการศึกษาพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปลาปาก มีคุณภาพชีวิตไม่ว่าจะเป็นในภาพรวม หรือรายด้าน ซึ่งประกอบด้วยด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนแนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มี 4 แนวทางได้แก่ แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัว แนวทางการพัฒนาด้านจิตใจ แนวทางการช่วยเหลือกรณีการเจ็บป่วย แนวทางการส่งเสริมรายได้ และแนวทางการจัดสวัสดิการสังคมเพื่อการดำรงชีพของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย กรณีศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ” ครั้งนี้ผู้วิจัยใคร่ขอเสนอความคิดเห็น และข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. หน่วยงานภาครัฐบาลควรจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในชุมชนเพื่อรวมกลุ่มทำกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพื่อก่อให้เกิดรายได้ และเพื่อสร้างทุนทางสังคมและทุนทางวัฒนธรรม

2. หน่วยงานภาครัฐบาล ควรมีการจัดตั้งศูนย์ให้ผู้สูงอายุมีเครือข่าย ได้ทำกิจกรรม จิตอาสาต่างๆ ร่วมกัน มีการดูแลสารทุกข์สุกดิบซึ่งกันและกัน

3. หน่วยงานภาครัฐบาล ควรจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการขายสินค้าออนไลน์ ให้กับผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้เพิ่มขึ้น และเป็นการเพิ่มช่องทางการจัดจำหน่ายสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุที่ขายของอยู่แล้ว ให้มีช่องทางการจัดจำหน่ายเพิ่มขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1 ควรศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และความพึงพอใจของกลุ่มผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดที่เป็นแหล่งท่องเที่ยว

2 ควรศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของกลุ่มผู้สูงอายุ ในแต่ละประเภทของเครือข่ายสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Line, Intagram เมื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกในการศึกษาต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ. “ยุทธศาสตร์แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ”. <http://www.dop.go.th/th>. 21 พฤศจิกายน 2562.

¹⁹ ชนะโชค คำวัน, แนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วน ตำบลปลาปาก จังหวัดนครพนม, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, (มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2553), หน้า 156-164.

- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. “พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุ”. [<https://www.m-society.go.th/>]วันที่ 21 พฤศจิกายน 2562.
- กันตพล บรรทัดทอง. พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และความพึงพอใจของกลุ่มคนผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร. **วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต**. (มหาวิทยาลัยกรุงเทพ. 2557). หน้า 97-105.
- กาญจนา แก้วเทพ. ศาสตร์แห่งสื่อ และวัฒนธรรมศึกษา. (กรุงเทพฯ: เอดิชั่นเพรส โปรดักส์ จำกัด. 2550). หน้า 63.
- ชนะโชค คำวัน. แนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วน ตำบลปลาปาก จังหวัดนครพนม. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**. (มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 2553). หน้า 156-164.
- พิชญาวี คณะผล. พฤติกรรมการใช้และผลการใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุใน จังหวัดนนทบุรี. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**. (มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์. 2559). หน้า 80-92.
- ศิรินุช ฉายแสง. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดอำนาจเจริญ. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**. (มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. 2553). หน้า 68-76.
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. 2562. “ผู้สูงอายุกับการใช้สื่อออนไลน์”. [<https://www.etcha.or.th/>]. 21 พฤศจิกายน 2562.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. “สถิติผู้สูงอายุ”, [<http://www.nso.go.th/>], วันที่ 23 พฤศจิกายน 2562.
- สิงหา จันทริย์วงศ์, การพัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง, **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**, (มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์, 2551), หน้า 96-110.
- สิทธิชัย คูเจริญสิน, การศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมของผู้สูงวัยที่พักอาศัยในเขตอำเภอเมือง จ.ชลบุรี. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**, (มหาวิทยาลัยบูรพา, 2559), หน้า 190-198.
- สุพร คูหา. แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหนองขาว อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี. **วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต**. (มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 2552). หน้า 136-148.
- อุทัย ยะรี. 2562. “การใช้สื่อสังคมออนไลน์กับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุในยุคไทยแลนด์ 4.0”. **วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง**. (ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน 2562). 226
- Chen. J., Murayama. S., and Kamibeppu. K.. “Factors related to well-being among the elderly in urban China focusing on multiple roles”. *BioScience Trends Review* 4. no.2 (2010): 61-71.
- Krejcie. R. V. & Morgan. D. W.. “Determining Sample Size for Research Activities. Educational and Psychological Measurement”. *Journal of Management* Vol. 43. no3 (June 1970). 65-68.
- Schalock. L. R. 2004. “The concept of quality of life: what we know and do not know”. *Journal of Intellectual Disability Research* Vol. 43. no3 (March 2004). 203-390.
- Schalock. L. R. 2004. “The concept of quality of life: what we know and do not know”. *Journal of Intellectual Disability Research* Vol. 43. no3 (March 2004). 203-390.
- Schalock. L. R. 2004. “The concept of quality of life: what we know and do not know”. *Journal of Intellectual Disability Research* Vol. 43. no3 (March 2004). 203-390.