

สรุปผลการวิจัย อภิปราย และข้อเสนอแนะ

✓ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรวมกิจกรรมกับ อคติโน้ตัสของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ตลอดจนศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ สถานภาพสมรส และ ลักษณะครอบครัว ของผู้สูงอายุ กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ และ อคติโน้ตัสของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

✓ ตัวอย่างประชากรเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป ทั้งเพศชาย และเพศหญิง อาศัย อยู่ในกรุงเทพมหานครอย่างน้อย 2 ปี ซึ่งจะต้องมีรายรับประจำที่แน่นอนโดยไม่ว่าทำงานหา เลี้ยงชีพ ไม่เป็นผู้เจ็บป่วยรุนแรง เช่น เป็นโรคหัวใจ โรคปอดเรื้อรัง โรคจิต และ อัมพาต เป็นผู้ที่มีความจำดี รับรู้เวลา สถานที่ และ บุคคล ได้ถูกต้อง ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกตัวอย่าง จากผู้สูงอายุที่มารับบริการที่คลินิกผู้สูงอายุ 4 แห่ง และ ชมรมผู้สูงอายุ 3 แห่ง ในกรุงเทพมหานคร ใ้คตัวอย่างประชากร 380 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งแบ่งเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 เป็นแบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ ตอนที่ 2 เป็นแบบสัมภาษณ์การรวม กิจกรรมผู้สูงอายุ 17 ข้อ ตอนที่ 3 เป็นแบบวัดอคติโน้ตัสของผู้สูงอายุ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ อคติโน้ตัสด้านร่างกาย 9 ข้อ อคติโน้ตัสด้านจิตใจ 18 ข้อ และ อคติโน้ตัสด้านสังคม 13 ข้อ รวม 40 ข้อ การหาความตรง และความครอบคลุมเนื้อหาของแบบสัมภาษณ์ได้จากการ พิจารณา และคัดสรรจากผู้ทรงคุณวุฒิจากสถาบันต่าง ๆ รวม 8 ท่าน การหาค่าความเที่ยง ผู้วิจัย ใช้วิธีทดสอบซ้ำ (Test - Retest) ในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีลักษณะเหมือนตัวอย่างประชากร จำนวน 20 คน ระยะเวลาห่างกัน 2 สัปดาห์ ได้ค่าความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์การรวมกิจกรรม ของผู้สูงอายุ เท่ากับ .93 และ ค่าความเที่ยงของแบบวัดอคติโน้ตัสของผู้สูงอายุ เท่ากับ .85

การรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุด้วยตนเองพร้อมผู้ช่วยวิจัยที่เป็นพยาบาลวิชาชีพระดับบัณฑิตศึกษา 1 ท่าน โดยได้ทำความเข้าใจ และตกลงเกี่ยวกับวิธีการสัมภาษณ์ล่วงหน้า ใ้เวลาในการรวบรวมข้อมูล 8 สัปดาห์ ได้จำนวนตัวอย่างประชากรทั้งสิ้น 380 คน กักเป็นร้อยละ 100

### สรุปผลการวิจัย

#### 1. สถานภาพของกลุ่มตัวอย่างประชากร

- 1.1 เพศ และ ระดับอายุ ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิง ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 60 - 74 ปี รองลงมาอายุ 75 ปี ขึ้นไป
- 1.2 สถานภาพสมรสของผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ รองลงมา โสด สถานภาพหม้าย และมีจำนวนน้อยที่เป็นโสด
- 1.3 ผู้สูงอายุอยู่ในครอบครัวชาย ร้อยละ 59.2 และ อยู่ในครอบครัวเดี่ยว ร้อยละ 40.8

#### 2. การร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ และ อคติทัศนคติของผู้สูงอายุ

- 2.1 คะแนนการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ เมื่อเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้ พบว่า ค่าเฉลี่ยของการร่วมกิจกรรม เท่ากับ 3.59 เมื่อเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด พบว่า อยู่ในระดับมาก กล่าวคือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีระดับการร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมาก
- 2.2 คะแนนทัศนคติของผู้สูงอายุ เมื่อเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้ พบว่า อคติทัศนคติของผู้สูงอายุโดยรวม และรายคน คือ อคติทัศนคัตานร่างกาย อคติทัศนคัตานจิตใจ และ อคติทัศนคัตานสังคม เป็นไปในทางบวก

3. ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการร่วมกิจกรรม และ อคติทัศนคติของผู้สูงอายุ พบว่า อคติทัศนคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนองสมมติฐาน 1 ที่ว่า " การร่วมกิจกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ อคติทัศนคติของผู้สูงอายุ "

4. ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ สถานภาพสมรส และ ลักษณะครอบครัว ของ ผู้สูงอายุกับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ

4.1 เพศ มีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนองสมมติฐาน 2.1 ที่ว่า " เพศ มีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ " และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิง กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ พบว่า เพศชาย และเพศหญิงมีการรวมกิจกรรมต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเพศชายมีการรวมกิจกรรมมากกว่าเพศหญิง

4.2 สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนองสมมติฐาน 3.1 ที่ว่า " สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ " เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างสถานภาพสมรส ภู หมาย และ โสด กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อทดสอบเป็นรายคู่พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพคู่ กับการรวมกิจกรรมมากกว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหม้าย ส่วนผู้สูงอายุที่มีสถานภาพคู่ กับ สถานภาพโสด และ สถานภาพหม้าย กับสถานภาพโสด มีการรวมกิจกรรมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

4.3 ลักษณะครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่สนองสมมติฐาน 4.1 ที่ว่า " ลักษณะครอบครัว มีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ "

5. ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ สถานภาพสมรส และ ลักษณะครอบครัว ของ ผู้สูงอายุ กับ อคติทัศนของผู้สูงอายุ

5.1 เพศ มีความสัมพันธ์กับอคติทัศนของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนองสมมติฐาน 2.2 ที่ว่า " เพศมีความสัมพันธ์กับอคติทัศนของผู้สูงอายุ " และ เมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่าง เพศกับอคติทัศนรายด้าน พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับอคติทัศนด้านจิตใจ และ อคติทัศนด้านสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับอคติทัศนด้านร่างกายของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิงกับอคติทัศนโดยส่วนรวมของผู้สูงอายุ พบว่า เพศชาย และ เพศหญิง มีอคติทัศนโดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเพศชายมีอคติทัศนทางบวกสูงกว่าเพศหญิง

5.2 สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับอัตรานอที่นโคยส่วนรวมของผูสูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนองสมมติฐาน 3.2 ที่ว่า "สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับอัตรานอที่นโคยสูงอายุ" เมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพสมรส กับ อัตรานอที่นโคยคานพบวา สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับอัตรานอที่นโคยคานร่างกาย อัตรานอที่นโคยคานจิตใจ และอัตรานอที่นโคยคานสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ เมื่อทดสอบ ความแตกต่างระหว่างสถานภาพสมรส กับ อัตรานอที่นโคยสูงอายุ พบวา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อทดสอบเป็นรายคูปพบวา ผูสูงอายุ ที่มีสถานภาพคูก มีอัตรานอที่นโคยสูงกวาผูสูงอายุที่มีสถานภาพหม้าย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วน ผูสูงอายุที่มีสถานภาพคูก กับ สถานภาพโสด และ สถานภาพหม้าย กับ สถานภาพโสด มีอัตรานอที่นโคย ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

5.3 ลักษณะครอบครัว ไม่มีความสัมพันธ์กับอัตรานอที่นโคยสูงอายุโคยส่วนรวม และ อัตรานอที่นโคยคานร่างกาย คานจิตใจ และคานสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่สนองสมมติฐาน 4.2 ที่ว่า "ลักษณะครอบครัวมีความสัมพันธ์กับอัตรานอที่นโคยสูงอายุ"

### ✈ อภิปรายผลการวิจัย

1. จากการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการรวมกิจกรรมของผูสูงอายุ และ อัตรานอที่นโคยสูงอายุพบวา อัตรานอที่นโคยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรวมกิจกรรมของผูสูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าเฉลี่ยของคะแนนการรวมกิจกรรมของผูสูงอายุ เทากับ 3.59 ซึ่ง เมื่อเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดจะอยู่ในระดับการรวมกิจกรรมมาก และค่าเฉลี่ยของอัตรานอที่นโคยสูงอายุโคยส่วนรวม เทากับ 3.78 เมื่อเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดพบว่า มีอัตรานอที่นโคยในทางบวก ผูสูงอายุร้อยละ 58.9 มีการรวมกิจกรรมมาก และ ร้อยละ 92.9 มีอัตรานอที่นโคยในทางบวก จะเห็นได้ว่าผูสูงอายุในกรุงเทพมหานครนั้น มีการรวมกิจกรรมอยู่ในระดับมาก และมีอัตรานอที่นโคยทางบวก เนื่องจากในกรุงเทพมหานครมีสิ่งสนับสนุนให้ผูสูงอายุโคยมีการรวมกิจกรรม อยู่เป็นจำนวนมาก คือ มีสวนสาธารณะ สวนหย่อม มีชมรมผูสูงอายุ เพื่อให้ผูสูงอายุโคยได้ไปเป็นที หักค้อน ออกกำลังกาย และพบปะมีกิจกรรมร่วมกัน มีศูนย์บริการทางสังคมของผูสูงอายุที่จัดให้มี ภาชกาพบาคสำหรับผูสูงอายุ มีบ้านฉุกเฉินสำหรับผูสูงอายุ และมีกลันคผูสูงอายุที่จัดให้มีการตรวจ รักษาโรค เพื่อให้ผูสูงอายุโคยได้รับความสะดวกมากขึ้น นอกจากนั้นในกรุงเทพมหานครยังมีการคมนาคม

ที่วักทำให้ผู้สูงสามารถที่จะไปร่วมกิจกรรมภายนอกครอบครัวได้สะดวกยิ่งขึ้น และจากการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอ้อมโหนดันในทางบวกถึงร้อยละ 92.9 ซึ่งเราสามารถให้เหตุผลกิจกรรมให้เหตุผลได้ ซึ่งเหตุผลกิจกรรมสรุปว่า ผู้สูงอายุมีการร่วมกิจกรรมมาก เป็นผู้ที่ไม่โรคพบทจะทำให้มีอ้อมโหนดันทางบวกมากขึ้น และจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง และโดยนัยเดียวกันถ้าผู้สูงอายุมีการสูญเสียพบท มีการร่วมกิจกรรมน้อย จะทำให้มีอ้อมโหนดันทางบวกลดลง ความพึงพอใจในชีวิตจะต่ำลง (Lemon et al. quoted in Robb 1984 : 79) และประกอบกับในสังคมไทยผู้สูงอายุส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธที่มีอิทธิพลต่อความเชื่อ ทัศนคติ และค่านิยมของคนไทย (หนังสือ ทัศนคติ 2526 : 48 - 50) ซึ่งศาสนาพุทธสอนให้มีความเชื่อเรื่องกรรม เรื่องสังขาร เรื่องอริยสัจ 4 เรื่องการเวียนว่ายตายเกิดว่าเป็นธรรมดา ผู้สูงอายุจึงเข้าใจในสภาวะความเสื่อมสภาพ และยอมรับสภาพได้

2. ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ สถานภาพสมรส และลักษณะครอบครัว กับการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ และอ้อมโหนดันของผู้สูงอายุ

2.1 เพศ มีความสัมพันธ์กับการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง กับการร่วมกิจกรรมพบว่า มีความแตกต่างกัน เพศชายมีการร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยของการร่วมกิจกรรมในเพศชาย เท่ากับ 3.70 ซึ่งมากกว่าเพศหญิง คือ เพศหญิงมีการร่วมกิจกรรมในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยของการร่วมกิจกรรมในเพศหญิง เท่ากับ 3.47 ซึ่งอาจเป็นผลจากในสังคมไทย เพศชายถูกกำหนดบทบาทให้เป็นผู้นำครอบครัว รับผิดชอบในการตัดสินใจหาทาง ๗ ส่วนเพศหญิงสังคมกำหนดบทบาทในการเป็นแม่บ้าน (อาเนท อากาภิรม 2515 : 165) และเมื่อถึงวัยผู้สูงอายุ เพศชายนั้นเมื่อเกษียณอายุหรือออกจากงานจึงมีเวลาว่างมากขึ้น โอกาสในการทำกิจกรรมตามความพอใจจึงมีมากกว่าเพศหญิงซึ่งยังมีบทบาทเดิม คือ การเป็นแม่บ้าน ผู้สูงอายุเพศชายจึงมีโอกาสร่วมกิจกรรมภายนอกครอบครัวได้พบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนอื่น ๆ ผู้สูงอายุเพศหญิงซึ่งยังคงบทบาทการเป็นแม่บ้าน และประกอบกับผู้สูงอายุเพศหญิงนับบุตรหลานซึ่งคาดหวังให้ช่วยเหลือในการดูแลบ้าน เลี้ยงหลาน โอกาสในการพบปะบุคคลอื่นเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์เจตจำนงยลง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของสถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เรื่องคนชราไทย ซึ่ง นิศา ชูโต (2525 : (3 - 31)) พบว่า เพศชายมีแนวโน้มในการเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อชุมชน กิจกรรมทางการเมือง การออกสังคม การเรียนชามว่างเพื่อเพิ่มพูนความรู้ และกิจกรรมเกี่ยวกับกีฬาไ้มากกว่าเพศหญิง

2.2 เพศ มีความสัมพันธ์กับอัตรานอ้ตมโนทัศน์ของผู้สูงอายุ และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างเพศชาย กับเพศหญิงพบว่า มีความแตกต่างกันโดยเพศชายมีอัตรานอ้ตมโนทัศน์ทางบวกสูงกว่าเพศหญิง ค่าเฉลี่ยของคะแนนอัตรานอ้ตมโนทัศน์ในเพศชายเท่ากับ 3.87 และ ค่าเฉลี่ยของคะแนนอัตรานอ้ตมโนทัศน์ในเพศหญิงเท่ากับ 3.67 เนื่องจาก เพศชายโดยเฉพาะในสังคมของผู้สูงอายุซึ่งสมัยนั้นสังคมกำหนดบทบาทให้เป็นผู้ปกครองครัว มีความเป็นใหญ่ มีอำนาจในการตัดสินใจ ส่วนเพศหญิงนั้นจะให้ความเคารพในความเป็นผู้นำครอบครัวของเพศชาย (อานนท์ อภาภิรม 2515 : 165) และจากการที่เพศชายได้รับความเคารพนับถือ และยกย่องให้เป็นผู้นำของครอบครัว จึงทำให้เพศชายมองตนเองมีคุณค่ามากกว่าเพศหญิง อัตรานอ้ตมโนทัศน์จึงเป็นไปในทางบวกมากกว่า ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ สุวรรณีย์ พันธ์พลาทอง (2522 : 116) เรื่อง ความทันสมัยและภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองของคนชราในกรุงเทพมหานครที่พบว่า คนชราเพศชายมีการมองตนเองมีคุณค่ามากกว่าคนชราเพศหญิง

และเมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับอัตรานอ้ตมโนทัศน์รายด้านพบว่า เพศไม่มี ความสัมพันธ์กับอัตรานอ้ตมโนทัศน์ด้านร่างกาย เนื่องจากผู้สูงอายุทั้งเพศชาย และเพศหญิง ต่างก็เป็น ผู้ที่มีความเสื่อมสภาพของอวัยวะต่าง ๆ ความสับสนงม ความแข็งแรง สมรรถภาพต่าง ๆ จึงลดลง (Ebersole and Hess 1981 : 74 - 80)

2.3 สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ และเมื่อทดสอบความแตกต่างของสถานภาพสมรสกับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อทดสอบเป็นรายคู่พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพที่มีการรวมกิจกรรมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหม้าย ส่วนก่อนไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เนื่องจากสถานภาพสมรสเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต สภาพความเป็นอยู่ ในด้านความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ และวิธีการปฏิบัติตน (นิภา นิธยาน 2520 : 74) ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพคู่ และสถานภาพหม้าย มีการรวมกิจกรรมแตกต่างกัน เพราะผู้สูงอายุที่ซึ่งอยู่กับคู่สมรส จะมีคู่อุปการะ สามารถไปรวมกิจกรรมด้วยกันได้ มีการปะทะสังสรรค์กันไ้มาก มีความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ไม่มีความรู้สึกสูญเสียคู่สมรส ในสถานภาพหม้ายซึ่งเกิดจากการสูญเสียคู่สมรสจะทำให้ผู้สูงอายุซึมเศร้า นอนไม่หลับ และต้องใช้เวลาานจึงสามารถปรับตัวได้ (เกษม คันติผลาชีวะ และ กุศลา คันติผลาชีวะ 2528 : 80) จากภาวะซึมเศร้า และขาดคู่อุปการะ ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหม้ายจึงมีการรวมกิจกรรมได้น้อยกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพคู่

2.4 สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับอัตรานอนหลับของผู้สูงอายุ และเมื่อนอนหลับ ความแตกต่างกันระหว่างสถานภาพสมรสกับอัตรานอนหลับของผู้สูงอายุพบว่า มีความแตกต่างกัน และ เมื่อนอนหลับเป็นรายคู่พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพคู่ และสถานภาพหม้าย มีอัตรานอนหลับแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนคู่อื่นไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพคู่มีอัตรานอนหลับสูงกว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหม้าย (ค่าเฉลี่ยของคะแนนอัตรานอนหลับของผู้สูงอายุสถานภาพคู่ เท่ากับ 3.85 และค่าเฉลี่ยของคะแนนอัตรานอนหลับของผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหม้าย เท่ากับ 3.61) เนื่องจาก การที่ ผู้สูงอายุอยู่กับคู่สมรสจะทำให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกเหงา หรือโดดเดี่ยว มีภารกิจกระทำร่วมกัน ทั้ง ธรรมชาติ (2525 : 22) กล่าวว่า ถ้าผู้สูงอายุที่คู่สมรสตาย หรือแยกกันไปจะทำให้ผู้สูงอายุ มีจิตใจทรมานเป็นทุกข์อย่างยิ่ง และจากการศึกษาของ ฮอกส์เทล (Hogstel 1981 อ้างถึงใน เกษม และ กุลษา คณิตผลาชีวะ 2528 : 80) พบว่า ร้อยละ 22.5 ของคู่สมรสที่มีชีวิตอยู่จะตาย ความไปภายใน 6 เดือนแรกหลังจากคู่สมรสเสียชีวิตไป เนื่องจากไม่สามารถยอมรับและปรับตัวให้ เข้ากับการสูญเสียได้ และผลการวิจัยยังสอดคล้องกับการศึกษาของ ฟริสทริธ ก้านวาลีป และ ทณะ (2523 : 156) ที่พบว่า คนชราไทยที่มีสถานภาพคู่จะมองตนเองมีคุณค่ามากกว่าคนชราที่มีสถานภาพ หม้าย ดังนั้น ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพคู่จะมีอัตรานอนหลับสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหม้าย

2.5 ลักษณะครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับการรวมกิจกรรมของผู้สูงอายุ เนื่องจาก ในกรุงเทพมหานครมีสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการรวมกิจกรรมมากมาย ผู้สูงอายุ ที่อยู่ในครอบครัวเดี่ยว และครอบครัวขยาย เมื่อต้องการที่จะไปรวมกิจกรรมภายนอกครอบครัว เช่น ไปออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ ไปเล่นกีฬา หรือมีการพบปะสังสรรค์ ก็มีโอกาที่จะไป รวมกิจกรรมได้โดยง่าย และเมื่ออยู่ในครอบครัว ผู้สูงอายุที่อยู่ในครอบครัวเดี่ยวก็อาจจะทำงาน อดิเรก ในขณะที่ผู้สูงอายุที่อยู่ในครอบครัวขยายก็ใช้เวลาสำหรับการดูแลบ้าน เลี้ยงหลาน ซึ่งทำให้มีการรวมกิจกรรมอยู่ในระดับใกล้เคียงกัน

2.6 ลักษณะครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับอัตรานอนหลับของผู้สูงอายุ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม จากผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ในครอบครัวเดี่ยว และครอบครัวขยายนั้น มีการรวมกิจกรรมใกล้เคียงกัน คือ มีระดับการรวมกิจกรรมส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางและมาก และจากทฤษฎีกิจกรรมที่กล่าวถึงอัตรานอนหลับมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรวมกิจกรรมจึงอนุมานได้ว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ในครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยายซึ่งมีจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมมาก และ ปานกลาง ใกล้เคียงกันจะมีอัตรานอนหลับเหมือนกัน ดังนั้น ลักษณะครอบครัวจึงไม่มีความสัมพันธ์กับอัตรานอนหลับ ของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กนกวรรณ พิถีกรรมพิเศษ (2527 : บทกึ่งข้อ)

ได้ศึกษาการปรับตัวของผู้เกษียณอายุราชการที่อยู่ในเขตอำเภอเมือง และอำเภอภาคใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า ลักษณะครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ

จากการวิจัยจะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีการร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมาก และมีอ้อมโนทัศน์ในทางบวก เพราะฉะนั้นจึงควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการร่วมกิจกรรมทั้งภายในครอบครัว ภายนอกครอบครัว กิจกรรมในชุมชน การทำงานอดิเรกและงานยามว่างต่อไป เพื่อให้เกิดผลต่ออ้อมโนทัศน์ทางบวกเพิ่มขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุขในการดำรงชีวิต

#### ข้อเสนอแนะ

##### ก. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ในชมรมผู้สูงอายุควรจัดให้มีกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจของตนเอง
2. ควรสนับสนุนให้มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุโดยทั่วถึง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมใดก็ตามอื่นเพื่อให้ผู้สูงอายุมีอ้อมโนทัศน์ทางบวกเพิ่มขึ้น
3. สมาชิกในครอบครัวควรสนับสนุนและอำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุมีการเข้าร่วมกิจกรรมทั้งภายในครอบครัว และภายนอกครอบครัวรวมทั้งใหม่งานอดิเรกและงานยามว่าง

##### ข. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

1. ควรมีการสำรวจความต้องการการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุโดยจำแนกลักษณะกิจกรรมให้ชัดเจนเพื่อที่จะตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้ถูกต้อง
2. ควรศึกษาดังปัจจัยที่ส่งผลต่อการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ใหม่มากขึ้น
3. ควรมีการศึกษาดังปัจจัยอื่น ๆ ที่ส่งผลต่ออ้อมโนทัศน์ของผู้สูงอายุทั้งทางตรงและทางอ้อม
4. ควรมีการศึกษาเรื่องการร่วมกิจกรรมและอ้อมโนทัศน์ของผู้สูงอายุที่มีภูมิลำเนาและสภาพแวดล้อมในเขตชนบทและเขตเมือง

