

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ภาวะสุขภาพ และแรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร โดยมีสมมติฐานการวิจัยว่า ปัจจัยส่วนบุคคล อันได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ของผู้สูงอายุ การรับรู้ภาวะสุขภาพ และแรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชาย และเพศหญิง ซึ่งมีทะเบียนบ้านอยู่ในแขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 143 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายด้วยการจับฉลากแบบไม่แทนที่

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 1 ฉบับ ประกอบด้วย 4 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ของผู้สูงอายุ เป็นข้อคำถามแบบมีตัวเลือกให้ตอบ

ชุดที่ 2 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ภาวะสุขภาพ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

ชุดที่ 3 แบบสัมภาษณ์แรงสนับสนุนทางสังคม ซึ่งแบ่งเป็น 2 ส่วน ส่วนที่ 1 ระดับการสนับสนุนทางสังคม เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ส่วนที่ 2 แหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคม

ชุดที่ 4 แบบสัมภาษณ์การปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ แบบไม่เป็นทางการ แบบเป็นทางการ ลักษณะคำตอบเป็นระดับความถี่ของการปฏิบัติกิจกรรมมี 4 ระดับ

แบบสัมภาษณ์ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยการพิจารณาและตัดสินของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 10 ท่าน หลังจากนั้นผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์มาปรับปรุงแก้ไขให้มีความเหมาะสมตามที่ได้รับคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด แล้วนำไปทดลองใช้กับประชากรที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง ที่จะทำการศึกษา จำนวน 30 คน และวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) ในแบบสัมภาษณ์ 3 ส่วน คือ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคม และการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ ด้วยวิธีคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach 's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเที่ยงดังนี้

- การรับรู้ภาวะสุขภาพ .88
- การสนับสนุนทางสังคม .86
- การปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ .65

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ด้วยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุตามแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้น ทำการเก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 1- 28 กุมภาพันธ์ 2540 ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งสิ้น 1 เดือน นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยเครื่องไมโครคอมพิวเตอร์ ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC⁺ (Statistical Package for the Social Sciences version PC) โดยใช้สถิติ ดังนี้

1. ศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ การรับรู้ภาวะสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม และการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการจัดระดับ
2. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ภาวะสุขภาพ และแรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์การจรรยา (Contingency Coefficient) และทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้สถิติทดสอบไคสแควร์ (Chi-square test) ที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ภาวะสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม การปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างที่ ศึกษาวิจัยครั้งนี้ ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 60-69 ปี อายุเฉลี่ย 68.4 ปี และพบว่า ในกลุ่มอายุที่สูงขึ้น มีอัตราส่วนของผู้สูงอายุลดลงตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่างจะมีอายุอยู่ในช่วง วัยสูงอายุตอนต้น (Yong Old) เป็นส่วนใหญ่ โดยที่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ระดับการศึกษาของผู้สูงอายุนั้น ร้อยละ 50.3 ไม่ได้เรียนหนังสือ รองลงมา จบชั้นประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษาตามลำดับ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีสถานภาพสมรสคู่ รองลงมา มีสถานภาพหม้าย และเมื่อพิจารณาถึงรายได้ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีรายได้ระดับพอมีพอใช้ รองลงมา มีรายได้เหลือเก็บ มีเพียงส่วนน้อยที่มีรายได้ไม่พอใช้

1.2 การรับรู้ภาวะสุขภาพ

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองว่าแข็งแรงดี สามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้โดยไม่เป็นภาระผู้อื่น รองลงมา มีการรับรู้ภาวะสุขภาพดีปานกลาง ไม่มีผู้สูงอายุคนใดมีการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองว่าไม่แข็งแรงเลย แม้ว่าจะมีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคไต ปัญหาสุขภาพที่ผู้สูงอายุมีอยู่ในระดับมาก คือ ปัญหาเกี่ยวกับสายตา รองลงมาคือ นอนไม่หลับ หลับยาก ตื่นบ่อย ปัญหาเรื่องฟัน และการบดเคี้ยวอาหาร และปัญหาเรื่องการปวดข้อและกล้ามเนื้อ ส่วนปัญหาสุขภาพที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีมากที่สุด เรียงตามลำดับ คือ ปัญหาเกี่ยวกับอาการใจสั่น หัวใจเต้นแรงขณะอยู่เฉย ๆ อาการหลงลืม จำชื่อบุตรหลานไม่ได้ รองลงมา คือ ปัญหาเกี่ยวกับการได้ยิน การรับรสอาหารลดลง และปัญหาเรื่องการขับถ่ายปัสสาวะ เมื่อพิจารณาโดยรวมแล้ว ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุอยู่ในระดับดี คือ มีสุขภาพแข็งแรง

1.3 แรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุโดยรวมทั้ง 4 ด้าน คือ การสนับสนุนด้านอารมณ์ ด้านการประเมินตนเอง ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านวัสดุสิ่งของ การเงิน และแรงงาน อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งแรงสนับสนุนทางสังคมเรื่องต่างๆ ในแต่ละด้าน มีดังนี้

1.3.1 การสนับสนุนด้านอารมณ์ ผู้สูงอายุได้รับความรัก ความเข้าใจมากที่สุด รองลงมา คือ การได้รับความนับถือ ยกย่องให้เกียรติ การได้รับความอบอุ่นปลอดภัย และความสนใจ เอาใจใส่เกี่ยวกับสุขภาพ ตลอดจนการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ แต่ในขณะที่ผู้สูงอายุมีเรื่องไม่สบายใจ มีบุคคลใกล้ชิดรับฟังท่านระบายความรู้สึก และเห็นอกเห็นใจท่าน มีเพียงส่วนน้อย ในจำนวนนี้มีผู้สูงอายุร้อยละ 40.6 ที่ไม่ได้รับการสนับสนุนในเรื่องนี้เลย เมื่อดูโดยภาพรวมแล้ว แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์อยู่ในระดับมาก

1.3.2 การสนับสนุนด้านการประเมินตนเอง บุคคลรอบข้างส่วนใหญ่ จะบอกผู้สูงอายุว่า มีสุขภาพแข็งแรง และชมเชยที่สามารถปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ หรือออกกำลังกายได้ ส่วนการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็นนั้น ส่วนใหญ่ได้รับในระดับน้อยถึงปานกลาง ผู้สูงอายุร้อยละ 26.6 ไม่มีโอกาสได้แสดงความคิดเห็นกับบุคคลรอบข้างเลย เมื่อดูโดยภาพรวมแล้วแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง

1.3.3 การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้รับทราบข่าวสาร เกี่ยวกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ หรือกลุ่มอาสาสมัครเพื่อสังคมอื่นๆ ข่าวสารที่ผู้สูงอายุได้รับอยู่ในระดับน้อย และจากการสัมภาษณ์ พบว่า ข่าวสารที่ได้รับทราบส่วนใหญ่ ทราบจากการดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และอ่านหนังสือ ส่วนการได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตัวเพื่อเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับในระดับปานกลาง ถึงไม่ได้รับเลย เมื่อดูโดยรวมแล้วแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับน้อย

1.3.4 การสนับสนุนด้านวัสดุสิ่งของ การเงิน และแรงงาน พบว่า การสนับสนุนด้านการเงินมีมากกว่าเรื่องอื่นๆ รองลงมาเป็นเรื่อง การจัดเตรียมเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายและของใช้ต่างๆ ให้ ส่วนเรื่องความช่วยเหลือผู้สูงอายุในการเดินทางไปปฏิบัติกิจกรรมนอกบ้านนั้น ผู้สูงอายุไม่ได้รับการช่วยเหลือเลย มีสัดส่วนสูงที่สุด รองลงมาคือ ไม่มีผู้รับภาระหน้าที่แทนผู้สูงอายุ เมื่อต้องการไปปฏิบัติกิจกรรมนอกบ้าน และเมื่อดูโดยรวมแล้วแรงสนับสนุนทางสังคมด้านวัสดุสิ่งของ การเงิน และแรงงาน อยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาถึงการสนับสนุนทางสังคม ที่ผู้สูงอายุรู้สึกว่าจะไม่ได้รับเลยมากที่สุด เรียงตามลำดับ คือเรื่องการรับทราบข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ หรือกลุ่มอาสาสมัครเพื่อสังคม รองลงมาคือ การช่วยเหลือผู้สูงอายุในการเดินทางไปปฏิบัติกิจกรรมนอกบ้าน เมื่อผู้สูงอายุไม่สบายใจไม่มีบุคคลใกล้ชิดรับฟังท่านระบายความรู้สึกและเห็นอกเห็นใจท่าน และไม่มีผู้รับภาระหน้าที่แทนเมื่อผู้สูงอายุต้องไปปฏิบัติกิจกรรมนอกบ้าน

ส่วนแหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุในด้านต่างๆ 4 ด้าน พบว่า การสนับสนุนด้านอารมณ์ และด้านวัสดุสิ่งของ การเงิน และแรงงานนั้น บุตรให้การสนับสนุนมากกว่าคู่สมรส ส่วนการสนับสนุนด้านการประเมินตนเอง บุตรและเพื่อนให้การสนับสนุนในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน รองลงมาเป็นญาติและคู่สมรส สำหรับการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เพื่อนให้การสนับสนุนมากที่สุด รองลงมาเป็นบุตร และญาติ เป็นที่น่าสนใจว่าเจ้าหน้าที่ให้การสนับสนุนเพียงร้อยละ 1.4 เท่านั้น แต่ในเรื่องคำแนะนำในการปฏิบัติตัวเพื่อเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ บุตรให้การสนับสนุนมากที่สุด รองลงมาเป็นเจ้าหน้าที่ ซึ่งได้รับเมื่อไปตรวจรักษาที่โรงพยาบาล หรือคลินิกแพทย์

1.4 การปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

1.4.1 กิจกรรมแบบไม่เป็นทางการ พบว่ากิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอในระดับมากในเรื่องของการใช้เวลาว่าง อ่านหนังสือ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ รองลงมาเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง ด้วยการพูดคุย ทักทายกับบุตรหลาน ญาติ เพื่อน เพื่อนบ้าน กิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย ด้วยการเดินเล่น เพื่อยืดเส้นสาย รำมวยจีน หรือออกกำลังกายอื่นๆ กิจกรรมเพื่อช่วยเหลืองานในบ้านด้วยการดูแลทำความสะอาดบ้าน หรือทำอาหาร และกิจกรรมที่ทำให้เกิดความเพลิดเพลินได้ยืดเส้นสาย ตลอดจนได้มีโอกาสไปนอกบ้าน คือการเดินไปคูของ ซ็องของ หรือจ่ายตลาด ส่วนกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในระดับปานกลาง มีประเด็นที่น่าสนใจคือ ผู้สูงอายุร้อยละ 16.8 และ 50.3 ยังคงอยู่กับบุตรหลาน ได้ช่วยเลี้ยงดูหลาน ให้คำแนะนำปรึกษาแก่สมาชิกในครอบครัว สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง และ สัปดาห์ละ 3 ครั้งขึ้นไป ตามลำดับ นอกจากนี้ ผู้สูงอายุร้อยละ 45.5 ยังคงทำงานที่มีรายได้แก่ครอบครัว ด้วยการค้าขาย ทำธุรกิจของตนเอง หรือช่วยธุรกิจของบุตรหลานอย่าง

สม่ำเสมอ ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกับผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานเพื่อมีรายได้ ส่วนกิจกรรมที่ผู้สูงอายุไม่ได้ปฏิบัติเลยมากที่สุด คือ การทำงานที่มีรายได้ รองลงมาคือ การไม่ได้ดูแลสัตว์เลี้ยง ปลูกต้นไม้หรือดูแลต้นไม้ และกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติสม่ำเสมอที่สุดคือ การร่วมกิจกรรมทางศาสนา ทำบุญ ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า เมื่อดูโดยภาพรวมพบว่า ผู้สูงอายุแขวงรองเมือง มีการปฏิบัติ กิจกรรมแบบไม่เป็นทางการอยู่ในระดับปานกลาง

1.4.2 กิจกรรมแบบเป็นทางการ นั้นผู้สูงอายุเกือบทั้งหมดไม่ได้ปฏิบัติ กิจกรรมแบบเป็นทางการ มีผู้สูงอายุเพียง 2 ท่านที่เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งมีการปฏิบัติกิจกรรมเฉพาะที่ตนเองสนใจคือ กิจกรรมทัศนศึกษา กิจกรรมทางศาสนา และกิจกรรมทางวิชาการ และปฏิบัติในระดับน้อย ส่วนการปฏิบัติกิจกรรมในองค์กรอื่นๆ พบว่า มีผู้สูงอายุเป็นสมาชิกสมาคมแม่ และสมาคมพัฒนากิจสงเคราะห์ ซึ่งมีกิจกรรมเป็นการประชุมและปฏิบัติกิจกรรมอื่นๆ ในระดับน้อย

เมื่อพิจารณาในภาพรวมของการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวมของผู้สูงอายุ ทั้งแบบไม่เป็นทางการและแบบเป็นทางการแล้ว พบว่า มีการปฏิบัติกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง

2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

เมื่อแบ่งระดับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการ แบบเป็นทางการและกิจกรรมโดยรวมทั้งสองแบบเข้าด้วยกัน เป็น 3 กลุ่ม คือ การปฏิบัติกิจกรรมในระดับน้อย ปานกลาง และมาก พบว่า การปฏิบัติกิจกรรมแบบเป็นทางการนั้น ไม่มีความสัมพันธ์กับทุกตัวแปร จึงไม่นำเสนอในส่วนนี้ ส่วนการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม พบว่า มีระดับการปฏิบัติเป็น 2 กลุ่ม คือ ปฏิบัติกิจกรรมในระดับน้อย และระดับปานกลาง เท่านั้น ซึ่งจากการศึกษาความสัมพันธ์แล้วพบว่า

2.1 เพศ เพศหญิงมีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก สูงกว่าเพศชาย ส่วนการปฏิบัติในระดับปานกลาง และระดับน้อย เพศชายปฏิบัติมากกว่าเพศหญิง เมื่อทดสอบด้วยไคสแควร์ พบว่า เพศกับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการไม่มีความสัมพันธ์กัน และในทำนองเดียวกัน เพศกับการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม ไม่มีความสัมพันธ์เช่นเดียวกัน แสดงว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

2.2 อายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ในกลุ่ม อายุ 60-69 ปี มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก สูงกว่าผู้สูงอายุในกลุ่มอื่นๆ ในขณะที่กลุ่มอายุ 80 ปีขึ้นไป มีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับปานกลางสูงกว่ากลุ่มที่อายุน้อยกว่า เมื่อทดสอบด้วยไคสแควร์ พบว่า อายุกับการปฏิบัติกิจกรรมมีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และ

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างอายุ กับการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม พบว่า กลุ่มอายุ 60-69 ปี มีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับมาก มากกว่ากลุ่มอายุ 70-79 ปี และ 80⁺ ปีขึ้นไป ส่วนผู้ที่อยู่ในกลุ่มอายุ 70-79 ปี และ 80 ปีขึ้นไป มีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับปานกลาง สูงกว่ากลุ่มที่มีอายุน้อยกว่า และผลการทดสอบไคสแควร์ พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 เช่นกัน แสดงว่า อายุมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

2.3 ระดับการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก สูงกว่ากลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า แต่การปฏิบัติในระดับปานกลางและระดับน้อยกลับมีแนวโน้มในทางตรงกันข้าม เมื่อทดสอบด้วยไคสแควร์ พบว่า ระดับการศึกษากับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการของผู้สูงอายุ ส่วนการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวมนั้น เมื่อทดสอบด้วยไคสแควร์ พบว่า ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวมของผู้สูงอายุ

2.4 สถานภาพสมรส ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก สูงกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพ หม้าย และโสด ส่วนในระดับปานกลางนั้น ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพโสด มีการปฏิบัติกิจกรรมมากกว่า สถานภาพหม้าย และคู่ และเมื่อพิจารณาถึงการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม พบว่า มีลักษณะเดียวกัน เมื่อทดสอบด้วยไคสแควร์ พบว่า สถานภาพสมรส กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ ไม่มีความสัมพันธ์กัน แสดงว่า สถานภาพสมรสไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

2.5 รายได้ของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีรายได้เหลือเก็บ มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก สูงกว่ากลุ่มที่มีรายได้พอมีพอใช้ และไม่พอใช้ ในขณะที่การปฏิบัติในระดับน้อย และปานกลางนั้น ผู้ที่มีรายได้ไม่พอใช้จะปฏิบัติกิจกรรมมากกว่า ผู้ที่มีรายได้พอมีพอใช้ และเหลือเก็บ สำหรับการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม ก็มีลักษณะเช่นเดียวกัน เมื่อทดสอบด้วยไคสแควร์ พบว่า รายได้ของผู้สูงอายุกับการปฏิบัติกิจกรรมมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพ กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

เมื่อจัดกลุ่มของผู้สูงอายุ ตามระดับการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองเป็น 3 กลุ่ม คือการรับรู้ภาวะสุขภาพในระดับดี (หมายถึงภาวะสุขภาพดี) ปานกลาง และไม่ดี (ภาวะสุขภาพไม่ดี)

พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพดี มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก สูงกว่ากลุ่มที่มีภาวะสุขภาพปานกลาง และไม่ดี และในทำนองเดียวกัน กลุ่มผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพไม่ดี และปานกลาง มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับน้อย และปานกลาง สูงกว่ากลุ่มที่มีภาวะสุขภาพดี ส่วนการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม พบว่า เป็นไปในลักษณะเดียวกัน คือผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพดี มีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับปานกลาง มากกว่าผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพปานกลาง และไม่ดี แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพดี จะมีการปฏิบัติกิจกรรมมากกว่าผู้ที่มีสุขภาพไม่ดี เมื่อทดสอบไคสแควร์ พบว่า การรับรู้ภาวะสุขภาพกับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 นั่นคือการรับรู้ภาวะสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

4. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

โดยจัดกลุ่มของผู้สูงอายุ ที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมเป็น 3 ระดับ คือ ระดับน้อย ปานกลาง และมาก เมื่อพิจารณาถึงแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นรายด้านนั้น พบว่า ผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินตนเองอยู่ในระดับมาก จะมีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก มากกว่าผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับที่น้อยกว่า และเมื่อทดสอบ ไคสแควร์ พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินตนเอง มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาถึงการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม ก็พบความสัมพันธ์ในทำนองเดียวกันคือ ผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินตนเองอยู่ในระดับมาก จะมีการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับที่น้อยกว่า และเมื่อทดสอบด้วยไคสแควร์ พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินตนเอง มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 แสดงว่า แรงสนับสนุนด้านการประเมินตนเองมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

ส่วนการสนับสนุนทางสังคมด้านอื่นๆ คือ ด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านวัสดุสิ่งของ การเงิน และแรงงาน พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการและการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม

แต่เมื่อพิจารณาแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมทั้ง 4 ด้านแล้ว พบว่า ผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับมาก มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการในระดับมาก มากกว่าผู้ที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับที่น้อยกว่า เมื่อทดสอบไคสแควร์ พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวม มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาถึงแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวม ก็พบในลักษณะเดียวกัน คือ ผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับมาก

จะมีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับปานกลาง สูงกว่าผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับที่น้อยกว่า เมื่อทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติ พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าแรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงลักษณะปัจจัยส่วนบุคคล ภาวะสุขภาพ แรงสนับสนุนทางสังคม แหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุ ลักษณะการปฏิบัติกิจกรรมทั้งแบบไม่เป็นทางการ และแบบเป็นทางการของผู้สูงอายุแขวงรองเมือง และปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. การปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุแขวงรองเมือง

ผู้สูงอายุแขวงรองเมือง มีการปฏิบัติกิจกรรมในเรื่องของการใช้เวลาว่างอ่านหนังสือ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ รองลงมาคือ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างด้วยการพูดคุย ทักทายกับบุตรหลานญาติ เพื่อน เพื่อนบ้าน การปฏิบัติกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย ด้วยการเดินเล่นเพื่อยืดเส้นสาย รำมวยจีน หรือออกกำลังกายอื่นๆ การช่วยเหลืองานบ้าน ทำอาหาร ซื่อของจ่ายตลาด ไปเดินดูของ การช่วยเหลือหลานหรือให้คำแนะนำกับสมาชิกในครอบครัว สอดคล้องกับ มาลินี วงษ์สิทธิ์ และ ศิริวรรณ ศิริบุญ (2537) กิจกรรมส่วนใหญ่ที่ผู้สูงอายุทำในยามว่างคือ การเดินเล่น ดูแลสัตว์ ดูโทรทัศน์ การพูดคุยกับเพื่อนหรือญาติ ท่องอยู่ แก้วไทรชะ และคณะ (2527) กิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นการทำงานในบ้าน เลี้ยงหลาน ฝึบ้านให้บุตร ทำบุญ สังสรรค์กับเพื่อนบ้าน ออกกำลังกาย ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ และผลการวิจัยยังพบว่า ผู้สูงอายุมากกว่าครึ่งหนึ่งอาศัยอยู่กับบุตรหลาน เป็นที่ปรึกษาแก่สมาชิกในครอบครัว ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ เพราะผู้สูงอายุต้องการความรัก ความเข้าใจ การเอาใจใส่จากบุตรหลาน ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกอบอุ่น รู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่ยังคงมีบทบาทในสังคมอยู่ ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีกิจกรรมของเลมอนดิงที่ได้กล่าวมาแล้ว

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบว่า ร้อยละ 45.5 ของผู้สูงอายุยังปฏิบัติกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการมีรายได้ ด้วยการค้าขาย ทำธุรกิจของตนเองหรือช่วยธุรกิจของบุตรหลานอย่างสม่ำเสมอ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ นิสา ชูโต (2524) ผู้สูงอายุร้อยละ 40 ยังต้องทำงานหารายได้เลี้ยงตัวเอง นภาพร ชัยวรรณ และคณะ (2532) ผู้สูงอายุร้อยละ 28 ยังต้องทำงานในเชิงเศรษฐกิจ เพื่อหารายได้เลี้ยงตัวเอง ในขณะที่เดียวกันผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุร้อยละ 46.9 ไม่ได้ทำงานที่ก่อให้เกิดรายได้ สอดคล้องกับ นภาพร ชัยวรรณ และคณะ (2532)

ผู้สูงอายุ ร้อยละ 60 ไม่ได้ทำงานในเชิงเศรษฐกิจ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุแขวงรองเมืองมีบุตรหลานให้การเลี้ยงดู และยังได้รับการสนับสนุนด้านการเงินจากบุตร ถึงร้อยละ 83.9 สนับสนุนเรื่องเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายและของใช้ต่างๆ ร้อยละ 62.9 ซึ่ง นภาพร ชโยวรรณ และคณะ (2532) พบว่า อาจเนื่องจากภาวะสุขภาพไม่เอื้ออำนวย หรือครอบครัวไม่ต้องการให้ทำงาน หรือเพราะเกษียณอายุ

ส่วนกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรกเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ ด้วยการดูแลสัตว์เลี้ยง ปลูกต้นไม้ หรือดูแลต้นไม้ ผู้สูงอายুর้อยละ 46.9 ปฏิบัติในระดับมาก ในขณะที่ผู้สูงอายুর้อยละ 34.3 ไม่ได้ปฏิบัติเลย เนื่องจากสภาพบ้านเรือนที่อาศัยอยู่เป็นตึกแถว บางบ้านเป็นห้องแถวคับแคบไม่มีบริเวณ หรือบางบ้านปลูกต้นไม้ไว้บนชั้นดาดฟ้า ทำให้ผู้สูงอายุที่มีปัญหาเรื่องกล้ามเนื้อและข้อไม่สามารถเดินขึ้นไปดูแลได้ ประกอบกับต้องทำงานเพื่อหาเลี้ยงชีพ จึงทำให้ไม่มีเวลา

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติสม่ำเสมอที่สุดคือ การทำบุญ ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า เพราะเหตุว่างานเหล่านี้จะมีเฉพาะบางช่วง และผู้สูงอายุให้สัมภาษณ์ว่าไม่ชอบเดินทางไกลๆ และร่างกายไม่ค่อยแข็งแรง

สำหรับกิจกรรมแบบเป็นทางการนั้น ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุเกือบทั้งหมดไม่ได้ปฏิบัติเลย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผลการวิจัยที่พบว่า ผู้สูงอายুর้อยละ 45.5 ยังต้องทำงานที่มีรายได้ จึงไม่มีเวลาไปร่วมกิจกรรมแบบเป็นทางการ และในด้านแรงสนับสนุนทางสังคม ร้อยละ 46.9 ผู้สูงอายุไม่ได้รับความช่วยเหลือในเรื่องการเดินทาง ร้อยละ 33.6 ไม่มีผู้รับภาระหน้าที่แทน ร้อยละ 28.7 มีปัญหาสุขภาพเรื่องปวดข้อ กล้ามเนื้อ และร้อยละ 67.1 ไม่ได้รับทราบข่าวสารเกี่ยวกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งในเรื่องนี้ มาลินี วงษ์สิทธิ์ และ ศิริวรรณ ศิริบุญ, (2535) กล่าวว่า อาจเป็นเพราะการเข้าเป็นสมาชิกกลุ่มกิจกรรมทางสังคม อย่างเป็นทางการต้องผ่านขั้นตอนต่างๆ ตามกฎเกณฑ์และระเบียบที่กลุ่มกำหนดไว้ทำให้ผู้สูงอายุมองดูว่าเป็นเรื่องยุ่งยากซับซ้อน และไม่เข้าร่วมเป็นสมาชิก และจากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า กิจกรรมที่ผู้สูงอายุแขวงรองเมืองเป็นสมาชิกคือ สมาคมแม่ และสมาคมฉาบฉวยสังเคราะห์ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุได้รับประโยชน์โดยตรง สอดคล้องกับการวิจัยของ มาลินี วงษ์สิทธิ์ ศิริวรรณ ศิริบุญ และ อัจฉรา เอ็นซ์ (2539) กลุ่มกิจกรรมต่างๆ ในชุมชนที่ผู้สูงอายุเป็นสมาชิกมากที่สุด คือ กลุ่มฉาบฉวยสังเคราะห์ และ ชมรมผู้สูงอายุ

2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ แขวงรองเมือง

จากผลการวิจัย พบว่า ลักษณะปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ ที่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุแขวงรองเมืองนั้น ปัจจัยด้านอายุ ระดับการศึกษา และรายได้ของ

ผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ว่า อายุมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ เมื่อพิจารณาถึงช่วงอายุของผู้สูงอายุ มีผลต่อระดับการปฏิบัติกิจกรรมที่แตกต่างกัน พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ในกลุ่มอายุน้อยกว่า (60-69 ปี) มีการปฏิบัติกิจกรรมมากกว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ในกลุ่มอายุที่มากกว่า (กลุ่มอายุ 70-79 ปี และ 80 ปีขึ้นไป) และในทางตรงกันข้าม ผู้สูงอายุที่อายุมากกว่า จะมีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับน้อย มากกว่าผู้สูงอายุในกลุ่มอายุน้อยกว่า ลดลงตามลำดับ อาจกล่าวได้ว่า อายุมีความสัมพันธ์ในทางกลับกันกับระดับการปฏิบัติกิจกรรม ซึ่งอธิบายได้ว่า วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีความเสื่อมถอยตามธรรมชาติ เกิดการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย จิตใจ และสังคม ความคล่องแคล่วกระฉับกระเฉงลดลง ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีบทบาทลดลง เป็นไปตามทฤษฎีการถอยห่าง และพบว่า สอดคล้องกับผลการศึกษาศึกษาของ จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์วรรณ ศิลปสุวรรณ (2526) กลุ่มผู้สูงอายุที่ยังมีอายุน้อย (60-69 ปี) จึงมีความคล่องแคล่ว และสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกายที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดีกว่ากลุ่มที่มีอายุระหว่าง 70-79 ปี และอายุ 80 ปีขึ้นไป นิสา ชูโต (2525) ผู้สูงอายุจะต้องค่อยๆ ลดกิจกรรมลงเป็นลำดับ เนื่องจากความอ่อนแอของร่างกาย นภาพร ชัยวรรณ และคณะ (2532) อัตราการทำงานจะลดลงอย่างรวดเร็วตามอายุที่เพิ่มขึ้น มาลินี วงษ์สิทธิ์ และ ศิริวรรณ ศิริบุญ (2535) ศักยภาพของผู้สูงอายุ ในการเข้าร่วมกิจกรรมได้มากหรือน้อยเพียงไรนั้นผันแปรไปตามอายุ มาลินี วงษ์สิทธิ์, ศิริวรรณ ศิริบุญ และ อัจฉรา เอ็นซ์ (2539) การร่วมงานของชุมชนและความบ่อยครั้งเป็นปฏิภาคกับอายุ

รายได้ของผู้สูงอายุ เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จากผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้เหลือเก็บ มีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับปานกลาง มากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้พอมีพอใช้ และไม่พอใช้ ซึ่งอธิบายได้ว่า จากการสำรวจผู้สูงอายุในแขวงรวงเมืองนั้น พบว่า ผู้สูงอายุร้อยละ 45.5 มีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับมาก ด้วยการทำงานที่มีรายได้ เช่น ค้าขาย ทำธุรกิจของตนเอง หรือช่วยธุรกิจของบุตรหลาน เนื่องจากปัญหาเศรษฐกิจเป็นปัญหาหลักของผู้สูงอายุ (นภาพร ชัยวรรณ และคณะ, 2532: 2) ผู้สูงอายุที่มีฐานะเศรษฐกิจยากจน จะมีความทุกข์กังวลใจในเรื่องการหาเลี้ยงชีวิตของตนเอง ซึ่งแตกต่างจากผู้สูงอายุที่มีฐานะดี (วีรสิทธิ์ สิทธิไตร และโยธิน แสงดี, 2533) ทำให้ผู้สูงอายุมีการปฏิบัติกิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้ในระดับมาก ซึ่งก็เป็นธรรมดาผู้ที่ขยันทำงานย่อมที่จะมีรายได้มากกว่า และนอกจากนี้ผู้สูงอายุร้อยละ 72.1 ได้รับการสนับสนุนด้านการเงินในระดับปานกลางถึงมาก จากบุตรและคู่สมรส ทำให้ผู้สูงอายุมีเงินและสามารถใช้จ่ายเพื่อการทำกิจกรรมต่างๆ ตามที่ตนเองสนใจได้ เพราะการทำกิจกรรมต่างๆ ต้องอาศัยเงินเป็นปัจจัยสำคัญ สอดคล้องกับ เขมิกา ยามะรัตน์ (2527) รายได้มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การมีงานอดิเรกทำหรือใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุต้องใช้เวลาเป็นปัจจัย

สำคัญ (จารุพันธ์ สมบูรณ์สิทธิ์, 2535) รายได้มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมกับผู้อื่นอย่างเป็นทางการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ นภาพร ชโยวรรณ และคณะ (2532: 32) ผู้สูงอายุที่มีรายได้ดี จะสามารถเลือกบริการทางสุขภาพที่ดีให้แก่ตนเอง และมีโอกาสเลือกกิจกรรมที่ตนพอใจได้ ศิริวรรณ วชิรวงศ์ (2536) รายได้ดีทำให้มีความคล่องตัวในการปฏิบัติกิจกรรมมากกว่าผู้มีรายได้ต่ำกว่า สุรกุล เจนอบรม (2534) ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี จะมีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมในองค์กรสำหรับผู้สูงอายุ Trela Ward and Fischer (1977 cite in Snider, 1980) ความถี่ของการเข้าร่วมประชุมกลุ่ม จะสัมพันธ์กับรายได้ของผู้สูงอายุ ซึ่งขัดแย้งกับผลการศึกษาของ โสภิตา เมธาวิ (2535) รายได้ไม่มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ

ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงมีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับมาก มากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า และผู้สูงอายุที่ไม่ได้เรียนหนังสือ มีการปฏิบัติกิจกรรมในระดับปานกลางและระดับน้อย มากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า อธิบายได้ว่า เนื่องจากการศึกษาอบรมทำให้คนเกิดความรู้ ทักษะ มีความคิดก้าวหน้า มีเหตุผล การศึกษามีส่วนในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และวิถีในการดำเนินชีวิตของคนในสังคม ทำให้โครงสร้างและอำนาจของบุคคลในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป ช่วยให้คนมีประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ (ประดิษฐ์ มัชฌิมา, 2522) และบุคคลที่ได้รับการศึกษาสูง ย่อมมีสติปัญญาในการพิจารณาถึงสิ่งต่างๆ อย่างมีเหตุผล เข้าใจสิ่งแวดล้อมได้ถูกต้องมากกว่าผู้มีการศึกษาต่ำ (ศิริวรรณ วชิรวงศ์, 2536) จากผลการศึกษาของ สุวรรณีย์ พลัฒลาทอง (2522) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูง เป็นผู้มีความทันสมัย นึกคิดกว้างไกล และส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งที่ การมีทัศนคติต่อสิ่งต่างๆ มักสนใจในสิทธิของตนเอง สนใจในเหตุการณ์ต่างๆ ตลอดจนการนำความรู้ที่ได้จากการศึกษามาใช้ในชีวิตประจำวัน ได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการศึกษา มารศรี นุชแสงพลี (2532) พบว่า ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูง จะมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในทางบวกมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการศึกษาต่ำ สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีกิจกรรมซึ่ง Havighurst and Albrecht (1953 cite in Miller, 1995) ผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ มีความพึงพอใจในชีวิต เป็นผู้ที่มีการปฏิบัติกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ ระดับการศึกษาจึงเกี่ยวข้องกับการการปฏิบัติกิจกรรม นอกจากนั้นยังมีผลการวิจัยที่สอดคล้อง คือ การศึกษาของ NCOA (1974 อ้างถึงใน มารศรี นุชแสงพลี, 2532) ศึกษาความแตกต่างระหว่างผู้สูงอายุกลุ่มที่ได้รับการศึกษาสูง กับกลุ่มที่ได้รับการศึกษาต่ำสุด พบว่า กลุ่มที่ได้รับการศึกษาสูงสุด ใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมนันทนาการ งานอดิเรก เล่นกีฬา เป็นสมาชิกชมรม กิจกรรมทางการเมือง งานอาสาสมัคร หรืออ่านหนังสือ ส่วนกลุ่มที่มีการศึกษาต่ำ จะใช้เวลาว่างดูโทรทัศน์หรือไม่ทำอะไรเลย และ ลิริพร วงศ์ตรี (2535: 116) ศึกษากิจกรรมในครัวเรือนของผู้สูงอายุไทย พบว่า

ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีสัดส่วนในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจในเรื่องสำคัญมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการศึกษาน้อยกว่า มาลินี วงษ์สิทธิ์, ศิริวรรณ ศิริบุญ และ อัจฉรา เอ็นซ์ (2539: 207) การเข้าร่วมงานของชุมชนและความบ่อยครั้งของการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นปฏิภาคกับระดับการศึกษา และสถานภาพการทำงานของผู้สูงอายุ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุที่มีอายุมากมักจะมีการศึกษาในระดับต่ำและไม่ได้ทำงานอาชีพ มีปัญหาสุขภาพ และปัญหาในการเดินทางจึงมีแนวโน้มที่จะไม่เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน หรือร่วมกิจกรรมไม่บ่อยครั้ง แต่ในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมแบบเป็นทางการ อาจเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในแขวงรองเมือง ไม่ได้รับทราบข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ ครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุต้องทำงานเพื่อมีรายได้ ทำให้ไม่มีเวลา นอกจากนี้ ไม่มีผู้มารับภาระหน้าที่แทนเมื่อผู้สูงอายุต้องการไปปฏิบัติกิจกรรมนอกบ้าน และไม่มีผู้ให้ความช่วยเหลือในการเดินทาง การปฏิบัติกิจกรรมแบบเป็นทางการจึงมีน้อย

ส่วนปัจจัยอื่นๆ ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยจากผลการวิจัยพบว่า เพศต่างกันมีการปฏิบัติกิจกรรมไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ จารุพันธ์ สมบูรณ์สิทธิ์ (2535) เพศไม่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน ทั้งนี้อธิบายได้ว่า อาจเนื่องมาจากสภาพสังคมเศรษฐกิจในปัจจุบันมีความผันแปรไป เป็นยุคที่มีการแข่งขันกันสูง ทำให้วิถีการดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงส่งผลให้ทั้งหญิงและชายต่างต้องช่วยกันทำงาน หรือทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อแบ่งเบาภาระที่มีอยู่ ประกอบกับในปัจจุบันสังคมให้การยอมรับบทบาทสตรีมากขึ้น เพศหญิงมีความเท่าเทียมกับชาย ทำให้หญิงและชายมีการปฏิบัติกิจกรรมไม่แตกต่างกัน

ส่วนปัจจัยด้านสถานภาพสมรส ก็พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ ซึ่งอธิบายได้ว่า แม้คู่สมรสจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงแหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคม แต่การที่บุคคลจะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมได้นั้น จำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนให้กำลังใจจากบุคคลใกล้ชิดอื่นๆ ด้วย เช่น บุตร ญาติเพื่อน (Green, et al., 1990 อ้างถึงใน โสภิตา เมธาวี, 2535: 6) และจากผลการศึกษาเรื่องแหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคม พบว่า บุตรให้การสนับสนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุมากกว่าคู่สมรสในทุกรายด้าน ทำให้ผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ฉันทนา กาญจนพจน์ (2530) ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ จะมีส่วนร่วมในกิจกรรมแตกต่างกับผู้ที่มีสถานภาพสมรสหม้าย และ จวีวรรณ แก้วพรหม(2530) ที่ว่าผู้ที่มีคู่สมรสจะมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ด้วยกัน และพบปะสังสรรค์กับเพื่อนฝูงมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสอื่น ๆ รวมถึงการศึกษาของ ลิริพร วงศ์ตรี (2535) ที่พบว่า สถานภาพสมรสทำให้เกิดความแตกต่างในการทำกิจกรรมในครัวเรือน โดยผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสโสดและอื่นๆ ทำกิจกรรมต่างๆ มากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ภาวะสุขภาพ กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ แขวงรองเมือง

จากผลการวิจัยพบว่า การรับรู้ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์ กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพอยู่ในระดับดี มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบไม่เป็นทางการและโดยรวมสูงกว่า ผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพปานกลางและไม่ดี สอดคล้องกับผลการศึกษาของ จารุพันธ์ สมบูรณ์สิทธิ์ (2535) กิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะสุขภาพ ดวงฤดี ลาสุชะ (2528) ความสามารถในการดูแลตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ภาวะสุขภาพ ศิริวรรณ ลินไชย (2531) ผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนในทางบวก จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง ทำให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจในการดูแลสุขภาพของตนได้อย่างดี สิริพร วงศ์ตรี (2535) ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการทำกิจกรรมในครัวเรือนของผู้สูงอายุ กระแส ชนะวงศ์ (ม.ป.ป.) ผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพดี จะมีบทบาทและศักยภาพในงาน สาธารณสุข มากกว่าผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพไม่ดี อธิบายได้ว่า บุคคลผู้ที่มีภาวะสุขภาพดี ร่างกายมีความพร้อมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้มากกว่าผู้ที่มีภาวะสุขภาพไม่ดีหรือด้อยกว่า ซึ่ง เป็นไปตามทฤษฎีการสูงอายุด้านชีววิทยา ที่ว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงและความผิดพลาดของเซลล์ ร่างกาย และจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุมีการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับ ดีทั้งหมด จึงสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี

4. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ แขวงรองเมือง

จากผลการวิจัยพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับ การปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยพบว่า ผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับมาก มีการปฏิบัติกิจกรรมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่า สอดคล้องกับการศึกษาของ Berkman (อ้างถึงใน จารุพันธ์ สมบูรณ์สิทธิ์, 2535: 42) ผู้สูงอายุที่แยกตัวออกจากสังคม มีอัตราการตายสูงกว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมถึง 2.5 เท่า Gills and Perry (1991) ปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการเข้าร่วม กิจกรรมการออกกำลังกาย ของสตรีที่เป็นสมาชิกในโปรแกรมออกกำลังกาย คือการได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวและเจ้าหน้าที่ เสาวลักษณ์ แยมตรี (2532) การสนับสนุนทางสังคมมีผลทำให้กลุ่มทดลองเรียนรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายได้ดีขึ้น และมีการเปลี่ยนแปลงสุขภาพดีขึ้น กว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อธิบายได้ว่า แรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลใกล้ชิด บุตร ญาติ เพื่อน ในเรื่องต่างๆ เช่น การสนับสนุน

ด้านอารมณ์ ด้านการประเมินตนเอง ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านวัสดุสิ่งของ การเงินและแรงงาน ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองไม่ได้ถูกทอดทิ้ง เป็นที่ยอมรับนับถือ เป็นที่รักของบุคคลในครอบครัวและสังคม ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เกิดความมั่นใจ มีกำลังใจในการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัย ที่พบว่าผู้สูงอายุไม่ได้รับความช่วยเหลือในการเดินทางไปปฏิบัติกิจกรรมนอกร้าน ทำให้เกิดความไม่สะดวกในการเดินทาง ต้องทำงานเพื่อมีรายได้แก่ครอบครัว และไม่มีผู้รับภาระหน้าที่แทนเมื่อผู้สูงอายุจำเป็นต้องไปปฏิบัติกิจกรรมนอกร้าน สิ่งเหล่านี้อาจส่งผลให้การปฏิบัติกิจกรรมแบบเป็นทางการ ของผู้สูงอายุอยู่ในระดับน้อย ประกอบกับผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้รับทราบข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ ดังนั้น เพื่อเป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีบทบาท มีส่วนร่วมทางสังคม อันจะทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขและรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง จึงเสนอแนะว่า

1. หน่วยงานที่มีส่วนรับผิดชอบ ควรมีการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ถึง สถานที่ตั้งของชมรมผู้สูงอายุ กิจกรรม ประโยชน์ที่จะได้รับ ขั้นตอนการเป็นสมาชิก โดยการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่างๆ ที่เหมาะสมกับความสนใจของผู้สูงอายุ เช่น บทความในวิทยุ บทความในหนังสือพิมพ์ ซึ่งอาจมีคอลัมภ์ประจำสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ เพื่อเผยแพร่ข่าวสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ หรือรายการทางโทรทัศน์ หรืออาจทำเป็นเอกสาร แผ่นพับ หรือติดโปสเตอร์ในที่ชุมชน

2. หน่วยงานต่างๆ ที่มีส่วนในการรับผิดชอบควรร่วมมือกันวางแผนเพื่อจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่ เพื่อให้ผู้สูงอายุจะได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมได้โดยสะดวก และจัดให้มีกิจกรรมต่างๆ เช่น กิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย ด้วยการออกกำลังกาย กิจกรรมสนทนา การให้ผู้สูงอายุได้พบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน กิจกรรมทางวิชาการ เช่น การให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวเพื่อสุขภาพที่ดี การใช้จ่าย อาหาร นอกจากนั้น จากผลการวิจัยที่พบว่าผู้สูงอายุไม่ได้ทำงาน และมีรายได้ไม่พอใช้ จึงควรมีการจัดกิจกรรมเพื่อก่อให้เกิดรายได้ เช่น ทำขนม ผลิตถักรวมต่างๆ ซึ่งผู้สูงอายุสามารถนำไปประกอบอาชีพเพื่อส่งเสริมรายได้อีกทางหนึ่ง ตลอดจนการจัดกิจกรรมในวันโอกาสพิเศษ เพื่อเชิดชูคุณงามความดีของผู้สูงอายุ เช่น วันสงกรานต์ วันพ่อ วันแม่

3. เพื่อเป็นการเตรียมตัวของบุคคลทั่วไป ได้เข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น เมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุ ทีมงานของกระทรวงสาธารณสุข ควรมีการจัดทำเอกสาร แผ่นพับ คู่มือ หรือบทความทางวิทยุ โทรทัศน์ หรือสารคดีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ในเรื่องสุขภาพและการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม แนวทางการปฏิบัติตัวให้เหมาะสมกับสภาพการเปลี่ยนแปลง

นั้น เพื่อจะได้เป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข นอกจากนี้ บุตรหลานหรือบุคคลในครอบครัว จะได้เข้าใจผู้สูงอายุมากขึ้น สามารถดูแลและปฏิบัติต่อผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. นำผลการวิจัยในครั้งนี้ไปเป็นข้อมูลพื้นฐาน สำหรับการศึกษาปัจจัยอื่นๆ เช่น บทบาทและสถานภาพทางสังคมในอดีตของผู้สูงอายุ
2. การนำรูปแบบที่ใช้ศึกษาข้อมูลของผู้สูงอายุในครั้งนี้ ไปพัฒนาให้มีความเหมาะสมกับลักษณะของประชากรผู้สูงอายุกลุ่มอื่นๆ ซึ่งมีความแตกต่างกันในด้านขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรม เช่น ทำการศึกษาผู้สูงอายุที่อยู่ในชนบท หรือในแต่ละภูมิภาค
3. ควรจะมีการวิจัย เพื่อศึกษาถึงความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ของผู้สูงอายุเฉพาะในกลุ่มที่มีการปฏิบัติกิจกรรมแบบเป็นทางการ เช่น ในชมรมผู้สูงอายุ