

การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทาง
จิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ



สัณห์สิริ เหมทานนท์

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการจัดการมหาบัณฑิต

วิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2565

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

สารนิพนธ์

เรื่อง

การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย
ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตร

ปริญญาการจัดการมหาบัณฑิต

วันที่ 27 พฤษภาคม พ.ศ. 2566

Samrit

นางสาวสัมพันธ์สิริ เหมทานนท์

ผู้วิจัย

Sirint K.

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศิริสุข รักถื่น,

Ph.D.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

อภิญญา ชวนะแก้ว

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ตฤณ ชนานุศักดิ์,

Ph.D.

ประธานกรรมการสอบสารนิพนธ์

Kolnani Ratanam

รองศาสตราจารย์วิจิตา รักธรรม,

Ph.D.

คณบดีวิทยาลัยการจัดการ

มหาวิทยาลัยมหิดล

ทศศิษฐ์ สติมานนท์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทศนิษฐ์ สติมานนท์,

Ph.D.

กรรมการสอบสารนิพนธ์

กิตติกรรมประกาศ

สารนิพนธ์เรื่อง “การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ” สามารถดำเนินการสำเร็จและบรรลุตามเป้าหมายของการศึกษาวิจัย เนื่องจากได้รับความอนุเคราะห์ และการสนับสนุนจาก ผศ.ดร.ศิริสุข รักถิ่น อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ฉบับนี้ ซึ่งผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ที่ให้ข้อเสนอแนะตลอดการจัดทำงานสารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ อีกทั้งขอขอบพระคุณคณาจารย์ของวิทยาลัยการศึกษารัฐบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ได้มอบเนื้อหาทางวิชาการ ประสบการณ์ และแนวทาง ซึ่งผู้วิจัยได้นำความรู้ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้กับการศึกษาวิจัยครั้งนี้และประยุกต์ใช้การทำงาน

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณครอบครัว เพื่อน และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ที่ให้การสนับสนุนและแรงจูงใจในการศึกษาตั้งแต่วันแรกจนสำเร็จการศึกษา รวมถึงเพื่อนๆ และพี่ๆ รุ่นที่ 24B ในสาขาการจัดการและกลยุทธ์ วิทยาลัยการศึกษารัฐบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน รวมทั้งการให้คำปรึกษาในการทำงาน ตลอดระยะเวลาการศึกษาระดับปริญญาโท

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณผู้ร่วมตอบแบบสอบถามทุกท่าน ที่ได้สละเวลาอันมีค่าเพื่อให้ข้อมูลประกอบการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยหวังว่าสารนิพนธ์ฉบับนี้จะเป็นแนวทางการพัฒนากลยุทธ์และเป็นประโยชน์กับผู้ที่สนใจในการพัฒนาด้านความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ โดยพัฒนาด้านความเป็นอยู่ที่ดีทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ทั้งนี้หากมีข้อผิดพลาดประการใด ผู้วิจัยขออภัยมา ณ ที่นี้

สัทธ์สิริ เหมทานนท์

การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

A STUDY OF THE EFFECTS OF SOCIAL NETWORK USE, PHYSICAL, MENTAL, AND SOCIAL WELL-BEING ON THE ELDERLY'S LIFE SATISFACTION AND HAPPINESS

สัทพ์สิริ เหมทานนท์ 6450274

กจ.ม.

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศิริสุข รักถิ่น, Ph.D., ผู้ช่วยศาสตราจารย์คุณธนาคุณศักดิ์, Ph.D., ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทัศนีย์ สติมานนท์, Ph.D.

บทคัดย่อ

"การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเสนอแนะแนวทางพัฒนากลยุทธ์เพื่อเข้าถึงกลุ่มผู้สูงอายุ ในด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจและทางสังคม เพื่อส่งเสริมให้เกิดความพึงพอใจและความสุขให้แก่ผู้สูงอายุ โดยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณและเก็บข้อมูลผ่านแบบสอบถามออนไลน์และออฟไลน์จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 307 ชุด

ผลการศึกษาพบว่า

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่าปัจจัยด้านเศรษฐกิจ การสนับสนุนทางสังคม และการเปรียบเทียบทางสังคม ซึ่งสอดคล้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุเช่นกัน โดยพบปัจจัยด้านร่างกายเพิ่มขึ้นมา สามารถร่วมกันอธิบายอิทธิพลที่เกิดขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการศึกษาที่ได้ นำไปสู่การนำเสนอกลยุทธ์ที่ส่งผลต่อผู้สูงอายุได้ โดยมีตัวอย่างดังต่อไปนี้

- การสร้างสื่อเพื่อสื่อสารไปยังกลุ่มผู้สูงอายุ ควรประกอบด้วยสาระและความบันเทิง จึงแนะนำให้สร้างสื่อแบบภาพหรือการฟลิก โดยผ่านเครือข่าย Line (ไลน์) เป็นช่องทางหลัก

- การสร้างความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social Well-Being) ให้แก่ผู้สูงอายุ ด้วยการสร้างการมีส่วนร่วมทางสังคม เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วม ได้ถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์ หรือช่วยเหลือดูแลบุตรหลาน จะสร้างให้เกิดความภาคภูมิใจ สร้างความมั่นคงทางจิตใจ อารมณ์และสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ เป็นต้น

คำสำคัญ: การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ / ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ / ความเป็นทางสังคม / ความพึงพอใจในชีวิต / ความสุข / ผู้สูงอายุ

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ง
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความสำคัญและที่มาของหัวข้อวิจัย	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
1.3 กรอบแนวคิดการวิจัย	4
1.4 สมมติฐานของการวิจัย	5
1.5 ขอบเขตของการวิจัย	6
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
1.7 นิยามคำศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	7
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
2.1 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	8
2.2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ	9
2.3 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being)	11
2.4 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสุข (Happiness)	14
2.5 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ	15
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	18
3.1 ระเบียบวิธีวิจัย	18
3.2 การกำหนดประชากร และการสุ่มตัวอย่าง	18
3.2.1 ประชากรเป้าหมาย	18
3.2.2 กลุ่มตัวอย่าง	19
3.2.3 การสุ่มตัวอย่าง	19
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	19
3.3.1 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	20

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล	21
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	22
3.6 วิธีการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ	24
3.6.1 การทดสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity)	24
3.6.2 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือ (Reliability)	24
บทที่ 4 ผลการวิจัยและการวิเคราะห์ข้อมูล	26
4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม	27
4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม	32
4.3 การวิเคราะห์ข้อมูลอิทธิพลของความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม	35
4.4 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน	42
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	69
5.1 สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล	69
5.1.1 การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง	70
5.1.2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ	71
5.1.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลระหว่างปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ	73
5.1.4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ โดยมีการรับรู้สถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ	76
5.1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ โดยมีการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ	77
5.2 ข้อเสนอแนะทางกลยุทธ์	79

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
5.3 ข้อจำกัดงานวิจัยและข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต	81
บรรณานุกรม	83
ภาคผนวก	86
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่องานวิจัย	87
ประวัติผู้วิจัย	96



สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
2.1	ตารางแสดงอัตราการเพิ่มขึ้นของการใช้งานระบบ Internet ในกลุ่มบุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป	16
3.1	การแปลความหมายของระดับความสำคัญ	21
3.2	การแปลความหมายของระดับคะแนนความคิดเห็น	23
3.3	การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	23
3.4	ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Coefficient of Cronbach's Alpha)	25
4.1	ตารางแสดงข้อมูลเพศ	27
4.2	ตารางแสดงข้อมูลอายุ	27
4.3	ตารางแสดงข้อมูลสถานภาพ	28
4.4	ตารางแสดงข้อมูลศาสนา	28
4.5	ตารางแสดงข้อมูลการศึกษา	29
4.6	ตารางแสดงข้อมูลอาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)	29
4.7	ตารางแสดงข้อมูลอาชีพ (ปัจจุบัน)	30
4.8	ตารางแสดงข้อมูลรายได้รวมของครอบครัว ต่อเดือน	30
4.9	ตารางแสดงข้อมูลจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน	31
4.10	ตารางแสดงข้อมูลลักษณะที่อยู่อาศัย	31
4.11	ตารางแสดงข้อมูลวัตถุประสงค์ของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม	32
4.12	ตารางแสดงข้อมูลเหตุผลในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม	33
4.13	ตารางแสดงข้อมูลพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม	34

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
4.14	ตารางแสดงข้อมูลอิทธิพลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม 35
4.15	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย : สุขภาพ 36
4.16	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย : เศรษฐกิจ 36
4.17	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ : ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด 37
4.18	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ : ความเชื่อและศรัทธา 38
4.19	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีสังคม : ความสัมพันธ์ทางสังคม 39
4.20	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีสังคม : การสนับสนุนทางสังคม 40
4.21	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีสังคม : ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม 40
4.22	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ 41
4.23	ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ 42
4.24	24 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของเพศ 43
4.25	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอายุ 43
4.26	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของสถานภาพ 44
4.27	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของศาสนา 44
4.28	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของระดับการศึกษา 45

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
4.29	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)	46
4.30	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ปัจจุบัน)	47
4.31	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน	48
4.32	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน	49
4.33	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของลักษณะที่อยู่อาศัย	50
4.34	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของเพศ	51
4.35	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอายุ	52
4.36	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของสถานภาพ	52
4.37	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของศาสนา	53
4.38	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของระดับการศึกษา	53
4.39	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)	54
4.40	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ปัจจุบัน)	54
4.41	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน	55

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
4.42	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน	56
4.43	ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของลักษณะที่อยู่อาศัย	57
4.44	ตารางแสดงข้อมูลปัจจัยที่ส่งผลต่อมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ	57
4.45	ตารางแสดงข้อมูลปัจจัยที่ส่งผลต่อมีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ	58
4.46	ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	59
4.47	ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	61
4.48	ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	64
4.49	ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	66

สารบัญภาพ

ภาพ	หน้า	
1.1	กรอบแนวคิดการวิจัย	4
4.1	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยการสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิต โดยมีปัจจัยการรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ	61
4.2	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด สุขภาพ และพฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุข โดยมีปัจจัยการรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ	63
4.3	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคมที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิต โดยมีปัจจัยการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับ	65
4.4	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสุขภาพ ความสัมพันธ์ภาพทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุข โดยมีปัจจัยการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับ	67

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความสำคัญและที่มาของหัวข้อวิจัย

ได้มีการคาดเดาไว้ว่าอีก 7 ปีข้างหน้าหรือ ในปีพ.ศ. 2573จะมีผู้สูงอายุมากถึงประมาณ 1.4 พันล้านคน โดยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นร้อยละ 3 ต่อปีเป็นขั้นต่ำ และในอีก 20 ปีต่อมา คือ ปีพ.ศ. 2593 มีโอกาสที่จะเพิ่มถึง 2 พันล้านคน โดยในทวีป Asia จะเป็นทวีปที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดในโลก (กรมสุขภาพจิต, 2563) ทำให้ทั้งภาครัฐและภาคเอกชนจำเป็นต้องจัดเตรียมแผนเพื่อรองรับและจัดการกับจำนวนประชากรผู้สูงอายุซึ่งมีเกณฑ์จะเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะการดูแลคุณภาพชีวิต (Quality of life) และที่สำคัญต้องใส่ใจกับการสร้างความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) และความสุข (Happiness) ของผู้สูงอายุ และตั้งแต่ปีพ.ศ. 2548 ที่ผ่านมา สังคมไทยเองก็ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ส่งผลให้ภาครัฐเองได้มีการกำหนดมาตรการเพื่อเตรียมรองรับ เพื่อให้การดูแลผู้สูงอายุนั้นให้มีความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้น โดยกำหนดแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 ว่าด้วย เมื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอาจจะส่งผลให้ความเหลื่อมล้ำซึ่งเป็นปัญหาใหญ่ในประเทศไทยมีความรุนแรงเพิ่มขึ้น เนื่องจากกลุ่มที่เกษียณอายุแล้ว จะมีอัตราการหารายได้ลดลงกว่ากลุ่มอื่นๆ และการที่อัตราส่วนของวัยหนุ่มสาวหรือวัยแรงงานลดลงเช่นนี้ อาจจะนำมาซึ่งปัญหาการขาดแคลนแรงงานในตลาดแรงงานได้ ทำให้ต้องพึ่งพาแรงงานจากต่างประเทศมากขึ้น กระทบต่อสังคมและเศรษฐกิจ ซึ่งในด้านเศรษฐกิจเองต้องมีการประเมินถึงการเติบโตและความสามารถในการแข่งขันในตลาดโลก และการแบ่งงบประมาณสำหรับสวัสดิการแก่วัยเกษียณด้วย ซึ่งปัจจุบันการดูแลสถานะของกลุ่มนี้มีความจำเป็นอย่างยิ่งและยังใช้งบประมาณที่สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

Hall (1976) ให้ความหมายของคำว่า ผู้สูงอายุ ไว้ว่า บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป ที่เผชิญกับความเสื่อมโทรมต่างๆ ที่เกิดขึ้น จึงมีความจำเป็นต้องพัฒนาทั้งทางจิตใจ สังคม และร่างกาย เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับสิ่งต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น และยังเป็นวัยที่ต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านต่างๆ และความคิดในหลายมุมมอง เพื่อให้ใช้ชีวิตตามปกติได้อย่างสมศักดิ์ศรีในสังคม โดยที่ Hall แบ่งการสูงอายุแต่ละแบบของมนุษย์ ดังนี้

1) การสูงอายุแบบ Chronological Aging หรือ ตามวัย หมายถึง การที่อายุเพิ่มขึ้นตามปีเกิด โดยอ้างอิงจากปฏิทิน

2) การสูงอายุแบบ Biological Aging หรือ ตามสภาวะร่างกาย สภาพร่างกายมีการเสื่อมถอย จากกระบวนการทำงานต่างๆ ได้แตกต่างจากเดิมตามการสูงอายุที่เปลี่ยนไป เนื่องจากอวัยวะต่างๆ ทำงานได้ลดลงจากเดิม และอวัยวะต่างๆ ในร่างกายเอง ก็จะเสื่อมสภาพลง

3) การสูงอายุแบบ Psychological Aging หรือ ตามสภาวะจิตใจ เมื่อบุคคลมีอายุเพิ่มขึ้น การเรียนรู้ ความจำ แนวคิด การคิดวิเคราะห์ การให้คุณค่า เซาว์นปัญญา รวมถึงลักษณะของบุคลิกภาพจะเกิดการเปลี่ยนแปลงในแต่ละช่วงอายุ

4) การสูงอายุแบบ Sociological Aging หรือ ตามสภาวะสังคม เนื่องจากสังคมมีความคาดหวังต่อบทบาท ความรับผิดชอบ และสถานะต่างๆ จึงต้องมีการปรับตัวเพื่อให้เหมาะสม

Neugarten (1961) ได้ศึกษาถึงปัจจัยสำคัญของความพึงพอใจในชีวิต (Satisfaction of life) ไว้ว่า เป็นส่วนที่ทำให้เกิดความสุข และยังเป็นส่วนสำคัญในความเป็นอยู่ของมนุษย์และเป็นแสดงให้เห็นถึงคุณค่า คุณภาพชีวิต (อรุณี บุญอุรพิถัญญู, 2542) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตเกิดขึ้นได้เมื่อใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ซึ่งนับว่าเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์

ช่วงวัยที่ร่างกายเกิดการเสื่อมถอยที่สุด คือ ช่วงบั้นปลาย หรือวัยผู้สูงอายุ หากผู้สูงอายุนับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่กำลังจะเกิดขึ้น และยอมรับข้อจำกัดของร่างกาย รวมทั้งมีการปรับตัวเพื่อให้เหมาะสมกับสภาวะ ส่งผลให้เกิดมโนภาพแห่งตน (Self - Concept) ที่ดีต่อตนเอง สดใส คุ่มทรัพย์อนันต์ (2540) พบว่า ปัจจัยฐานะเศรษฐกิจ ความเชื่อและความศรัทธาเป็นตัวแปรที่สอดคล้องกับระดับ Life Satisfaction ของผู้สูงอายุ ความแตกต่างของบุคคลจะส่งผลต่อระดับ Life Satisfaction เช่นกัน โดยงานวิจัยของ Fellows (1956) พบว่า ความสุขของผู้สูงอายุได้รับอิทธิพลมาจากรายได้ โดยผู้ที่มีรายได้มากกว่าจะมีความสุขเยอะกว่าผู้ที่มีรายได้น้อยกว่า และยังพบว่าความพึงพอใจในชีวิตแปรผันกับความสามารถในตอบสนองความต้องการอื่นๆ ตามที่เชื่อหรือให้คุณค่าด้วย

เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) เป็นสื่อที่มีผู้ใช้งานเป็นจำนวนมาก ซึ่งประเทศไทยเองได้รับการจัดอันดับเป็นที่ 4 ที่มีการนิยมใช้งาน Social Network พบว่ามีการใช้งานเกินกว่า 8 ชั่วโมงในหนึ่งวัน และ Social Network ได้มีการเกิดขึ้นใหม่อยู่เสมอ จากพฤติกรรมของผู้ใช้งาน โดยมีทั้งการเข้าใช้งานผ่านทาง Website และการเข้าใช้งานผ่านทาง Application โดยตรง ปัจจุบันนี้คนได้ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากกว่า 1 ใน 3 ของวัน จากผลการสำรวจแสดงให้เห็นว่า ผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตผ่านอุปกรณ์เคลื่อนที่เพื่อการสื่อสารและรับความบันเทิงเป็นหลัก โดย 3 อันดับแรก ได้แก่ อันดับ 1 การพูดคุยผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ ร้อยละ 78 ถัดมาอันดับ 2 คือ การเข้าใช้งาน e-book เพื่ออ่านข่าวสาร และเรื่องราวต่างๆ ร้อยละ 56 และอันดับ 3 การเข้าใช้งาน เพื่อการค้นหาข้อมูล ถึงร้อยละ 56 และ Social Network ที่เป็นที่นิยม 3 อันดับแรก ได้แก่ Facebook (เฟซบุ๊ก) คิดเป็นร้อยละ 93.7 LINE

(ไลน์) คิดเป็นร้อยละ 86.8 และ Google search engine (กูเกิ้ล) คิดเป็นร้อยละ 34.6 (สำนักพัฒนา
 ธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2557)

เนื่องจากปัจจัยต่างๆ ของครอบครัวแปรผันไป ทำให้ผู้สูงอายุจำเป็นต้องอยู่ห่างจาก
 ลูกหลาน ซึ่งมีหลากหลายสาเหตุ ได้แก่ ลูกหลานต้องไปศึกษาต่อต่างจังหวัดหรือต่างประเทศ
 รวมทั้งการเดินทางไปต่างถิ่นเพื่อทำงาน ทำให้ต้องหันมาเลือกใช้งาน Social Network มากขึ้น ซึ่ง
 นับว่าเป็นการเปลี่ยนช่องทางและวิธีการในการติดต่อระหว่างกัน ที่สะดวกสบาย และง่ายต่อการ
 สานสัมพันธ์กัน อีกทั้งยังคุ้มค่าใช้จ่าย ดังนั้นผู้สูงอายุจึงเปิดรับและเลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์
 ในการติดต่อกับสังคมรอบตัว ไม่ว่าจะเป็นลูกหลาน ญาติพี่น้อง และเพื่อน ซึ่งสามารถติดตาม
 สถานการณ์ และข่าวสารได้ง่ายขึ้น รวมทั้งยังสามารถติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นที่อยู่ไกลห่างกันได้อย่าง
 สะดวกสบาย

ดังนั้นในการศึกษารุ่นนี้ จึงมีความสนใจที่จะศึกษาอิทธิพลที่ได้จากปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
 กับความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นตัวแปรตาม โดยมีตัวแปรอิสระต้องการ
 ศึกษา คือ ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ประกอบด้วย ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและ
 ศรัทธา ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ประกอบด้วย สุขภาพ และเศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม
 ประกอบด้วย สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคมและการสนับสนุนทางสังคม
 และการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ รวมทั้งตัวแปรแทรกซ้อน ประกอบด้วย การรับรู้ต่อ
 สถานการณ์โควิด-19 และการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก

เหตุผลในการเลือกศึกษาวิจัยความพึงพอใจในชีวิตและความสุข เนื่องจากทั้ง 2 ตัวแปร
 เป็นมาตรวัดที่บุคคลมีต่อตนเองในภาพรวมของชีวิต เป็นความรู้สึกที่ต้องผ่านกระบวนการ วิเคราะห์
 คิด และการตัดสินใจหรือให้คุณค่าที่มีต่อตนเอง โดยความพึงพอใจในชีวิต คือ ความรู้สึกต่อการที่
 ได้รับการตอบสนอง มีลักษณะค่อนข้างคงที่และไม่ได้ขึ้นอยู่กับภาวะอารมณ์ แต่ในทางกลับกัน
 ความสุข คือ ความรู้สึก ความนึกคิดของตนเองที่เกิดขึ้นต่อสภาวะ ณ ขณะนั้น โดยเกิดขึ้นทันทีทันใด
 จึงเป็นเหตุผลให้เลือกทั้ง 2 ตัวแปร เพื่อศึกษาคุณค่าในชีวิตที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญหรือยึดถือ เพื่อ
 นำไปสร้างกลยุทธ์ ปรับปรุงและพัฒนาปัจจัยด้านความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being) ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อ
 ความพึงพอใจในชีวิตและความสุขตามมา

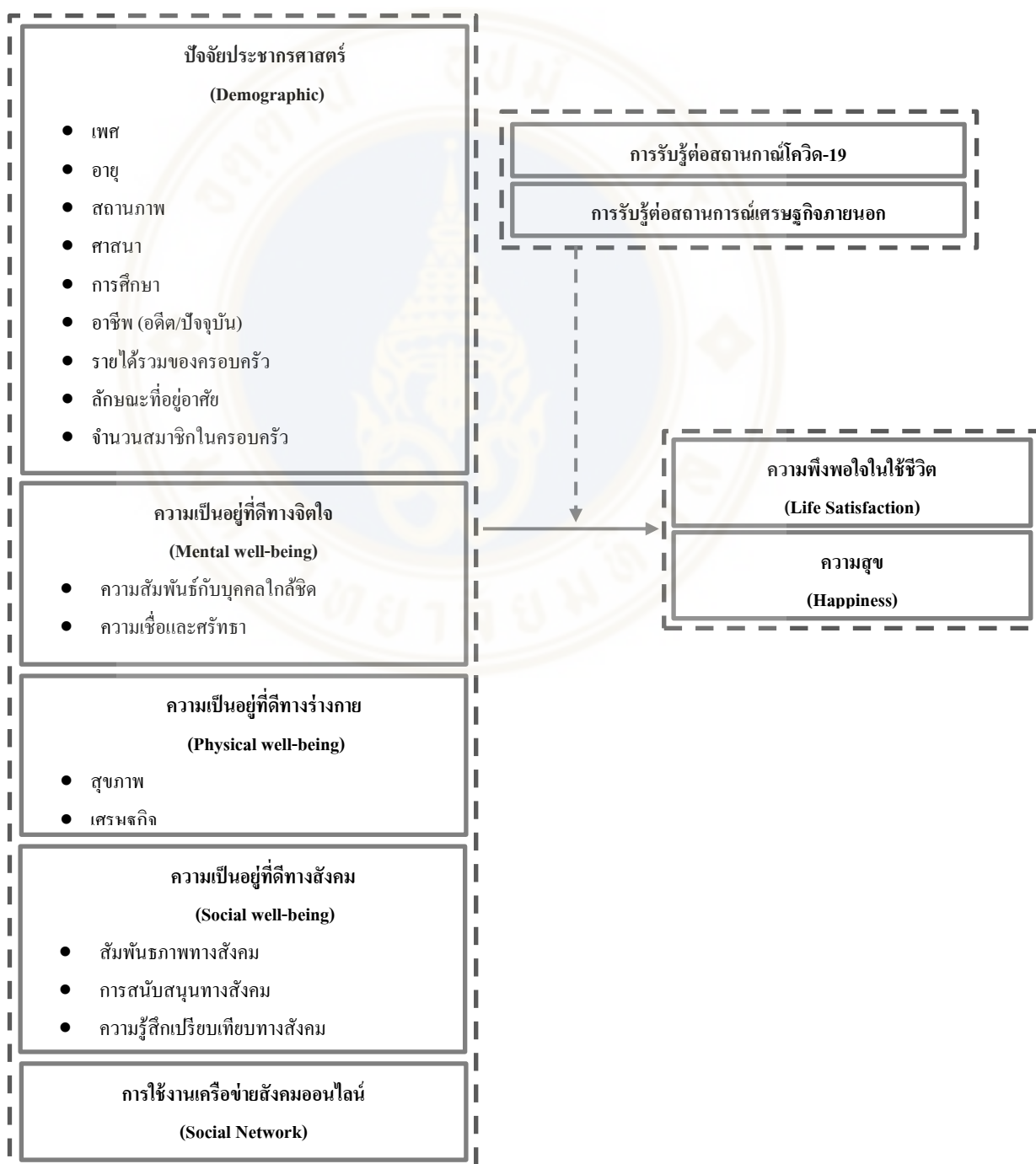
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1) เพื่อศึกษาปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและ
 ความสุขของผู้สูงอายุ

2) เพื่อศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

3) เพื่อศึกษาอิทธิพลระหว่างปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

1.3 กรอบแนวคิดการวิจัย



1.4 สมมติฐานของการวิจัย

(H1)

H1.1) ผู้สูงอายุที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน

H1.2) ผู้สูงอายุที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่แตกต่างกัน

(H2)

H2.1) ปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

H2.2) ปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

(H3)

H3.1) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

H3.2) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

H3.3) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

H3.4) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

1.5 ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยประชากรที่ใช้ในการวิจัย ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลกับผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลกับผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศ จำนวน 400 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) และทำแบบสอบถามด้วยความสมัครใจโดยการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสูตร W.G.Cochran (1996) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95%

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่

- 1.1 ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental well-being)
 - 1.1.1 สัมพันธภาพกับบุคคลใกล้ชิด
 - 1.1.2 ความเชื่อและศรัทธา
- 1.2 ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Phycological well-being)
 - 1.2.1 สุขภาพ
 - 1.2.2 เศรษฐกิจ
- 1.3 ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being)
 - 1.3.1 สัมพันธภาพทางสังคม
 - 1.3.2 การสนับสนุนทางสังคม
 - 1.3.3 ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม
- 1.4 การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network)

2. ตัวแปรตาม ได้แก่

- 2.1 ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ (Life Satisfaction)
- 2.2 ความสุขของผู้สูงอายุ (Happiness)

3. ตัวแปรแทรกซ้อน ได้แก่

- 3.1 การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19
- 3.2 การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก

1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) เพื่อให้เข้าใจถึงปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ
- 2) เพื่อให้เข้าใจถึงอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ
- 3) เพื่อให้เข้าใจถึงอิทธิพลระหว่างปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

1.7 นิยามคำศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย ทางจิตใจและทางสังคม

ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย หมายถึง การมีร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง คล่องแคล่ว มีกำลัง ไม่เป็นโรค ไม่พิการ

ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ หมายถึง การไม่เครียด การไม่วิตกกังวล การมีความพึงพอใจในชีวิต

ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดี มีสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้าง มีครอบครัวอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง มีความเสมอภาค มีการศรัทธา มีสันติภาพ เข้าถึงสวัสดิการระบบบริการสาธารณะที่ดี

ความพึงพอใจในชีวิต หมายถึง การที่บุคคลมีความพอใจในสิ่งที่ตนเอง เป็นและกระทำ อยู่มีความสมหวังกับเป้าหมายของชีวิตสอดคล้องกับความเป็นจริงสามารถกระทำได้ตามความตั้งใจ สมเหตุสมผล เข้าใจและยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่จำเป็นต้องปรับตัว

ความสุข หมายถึง ความสำเร็จในชีวิต หรือความสำเร็จในเป้าหมายที่ตัวเองเคยตั้งเป้าไว้

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอตามหัวข้อ ต่อไปนี้

2.1 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

2.1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุ หรือ Elderly Person เป็นสถานการณ์ของบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป เป็นระยะที่เปลี่ยนสู่ความเสื่อมถอย และมีความอ่อนแอทั้งทางร่างกายและจิตใจ เป็นวัยที่อยู่ในช่วงท้ายของชีวิต จึงควรวางแผนเพื่อให้ปรับตัวให้เข้ากับบทบาทใหม่ได้อย่างเหมาะสม สำหรับประเทศไทยเองก็ได้กำหนดเกณฑ์การปลดเกษียณไว้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งจะตรงกับเกณฑ์จากการประชุมโลกเรื่องผู้สูงอายุ ณ กรุงเวียนนา ประเทศออสเตรีย ในปี พ.ศ. 2525 ที่ได้มีการทำข้อตกลงร่วมกันที่จะกำหนดว่า อายุ 60 ปี เป็นเกณฑ์มาตรฐานโลกในการที่จะกำหนดผู้ที่อายุถึงเกณฑ์ เป็นผู้สูงอายุ (สุทธิพงศ์ บุญผดุง, 2554) จึงสามารถกล่าวได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี บริบูรณ์ขึ้นไป เป็นวัยที่อยู่ในบั้นปลายของชีวิต ที่มีร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมอยู่ในช่วงขาลงนั่นเอง

2.1.2 ทฤษฎีเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

ว่าด้วยการปรับตัวของผู้สูงอายุ อันเนื่องมาจากสถานะต่างๆ ที่มีการเปลี่ยนแปลงไป ซึ่งพบว่า การปรับตัวของผู้สูงอายุมี 3 ด้าน ประกอบด้วย

1) ทางด้านร่างกาย เพราะสุขภาพเริ่มเสื่อมสภาพ จึงจำเป็นต้องยอมรับต่อสภาพเหล่านี้ ควรหลีกเลี่ยงสิ่งที่ทำให้จิตใจไม่มีความสุข เช่น ความขุ่นข้องหมองใจ ความเศร้า ความโกรธ และความรู้สึกต่าง ๆ ในด้านลบ และทางร่างกาย ต้องหลีกเลี่ยงการสร้างภาระที่เกินกำลัง เช่น การรับประทานอาหารที่ย่อยยาก มีไขมันสูง หรือมีสารอาหารที่ไม่เหมาะสมต่อร่างกาย การอยู่ในที่คับแคบ มีมลพิษเฉียบพลัน โดยเฉพาะมลภาวะทางอากาศ ที่เป็นปัญหาใหญ่ในปัจจุบันของสังคมเมืองและชุมชน และการออกกำลังกายหรือขยับร่างกายอย่างไม่เหมาะสม เช่น ออกกำลังกายอย่างหักโหม เกินกำลัง

2) ทางด้านจิตใจ อาการน้อยใจมักพบในผู้สูงอายุมากกว่าช่วงวัยอื่น สืบเนื่องมาจากร่างกายเสื่อมสภาพ และความสามารถในการหารายได้ลดลง ไม่มั่นใจในการใช้ชีวิต รู้สึกน้อยใจ

เพราะกลัวการถูกทอดทิ้ง ความน้อยใจเกิดขึ้นนี้ อาจจะทำให้บุคคลรอบข้างหลบเลี่ยงที่จะอยู่ใกล้ ดังนั้นผู้สูงอายุควรยอมรับและเรียนรู้ต่อสิ่งต่างๆ รอบตัว ที่มีการเปลี่ยนแปลง เลือกทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ เป็นผลบวกโดยรวมต่อครอบครัวและสังคม เพื่อเป็นสร้างคุณค่าให้กับตนเอง ออกไปพบคนใหม่ๆ ได้ทำสิ่งต่างๆ เพื่อเพิ่มความสุขให้ชีวิต และสิ่งที่ควรปฏิบัติ คือ การสร้างปฏิสัมพันธ์กับทางสังคมอยู่เสมอ เพื่อป้องกันอาการเหงา ว้าเหว่ หรือเบื่อหน่าย

3) ทางด้านสังคม เนื่องจากผู้สูงอายุมีความจำเป็นต้องอยู่บ้าน เพราะสภาพร่างกายที่อ่อนแอและปัจจัยด้านการเงิน ไม่สามารถเดินทางไปพบปะเพื่อนหรือญาติข้างนอกได้เหมือนที่ผ่านมารวมทั้งเพื่อน หรือคนที่รู้จักในชีวิตก็ได้ทยอยจากไปตามกาลเวลา จึงทำให้คนรู้จักและเพื่อนเหลือน้อยลง ทำให้สังคมหรือแวดวงที่ผู้สูงอายุรู้จักหรือคุ้นเคยนั้นแคบลง ประกอบกับบุตรหลานและคนในครอบครัวต้องออกนอกบ้านเพื่อไปประกอบอาชีพหรือทำภารกิจของแต่ละคน ยิ่งทำให้รู้สึกเหงามากขึ้น จึงควรมองโลกในด้านดี เปิดใจและปรับตัวให้เข้ากับสังคมในยุคปัจจุบันได้ โดยเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ อยู่เสมอ และออกไปทำกิจกรรมข้างนอก เป็นการเข้าสู่สังคมใหม่ ที่ทำให้ได้พบปะผู้คนที่หลากหลายมากขึ้น เช่น การไปปฏิบัติธรรมตามศาสนา ความเชื่อ หรือคำสอนที่ยึดถือ การออกไปทัศนศึกษา เพื่อพบปะเพื่อนที่สนใจในเรื่องเดียวกัน การเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมตามที่สนใจ เช่น ชมรมกีฬาหรือการออกกำลังกายที่เหมาะสม เช่น ชมรมไทเก๊ก ชมรมรักสุขภาพ เป็นต้น

2.2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ

2.1 ความหมายของความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ

ธงชัย สันติวงษ์ กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) หมายถึง ความรู้สึกที่เกิดจากการที่ได้รับการตอบสนองอย่างดีหรือสมบูรณ์ที่สุด (น้ำลิน เทียมแก้ว, 2555)

2.2 องค์ประกอบของความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ

องค์ประกอบทางชีววิทยา คือ ร่างกาย และองค์ประกอบทางจิตใจ คือ อารมณ์ เช่น ความรู้สึกเสียใจ ดีใจ และความคิด เช่น จินตนาการ ค่านิยม คุณค่าที่ยึดถือ และความเชื่อ สิ่งเหล่านี้ไม่หยุดนิ่ง มีการปรับเปลี่ยนตามประสบการณ์ที่ได้พบเจอ เป็นความต้องการตามธรรมชาติ โดยสามารถจำแนก ดังนี้

1. ความต้องการด้านกายภาพ ว่าด้วย ความต้องการที่ตอบสนองเพื่อให้มีชีวิต
2. ความต้องการด้านอารมณ์ ว่าด้วย ความสดชื่น ร่าเริง ความอยากสนุกสนาน ความอบอุ่น ความรักและความมั่นคงในการใช้ชีวิต

3. ความต้องการด้านสังคม ว่าด้วย การมีเกียรติยศ มีชื่อเสียง มีหน้ามีตา การได้รับการยอมรับ ความรู้สึกเป็นเจ้าของหรือการมีส่วนร่วมในสังคม

4. ความต้องการด้านความคิด ว่าด้วย ความเข้าใจในสิ่งต่างๆ การเข้าถึงความรู้ สามารถคิดวิธีแก้ไขปัญหาได้

5. ความต้องการด้านจิตใจ ว่าด้วย การยึดมั่น ให้คุณค่า มีความเชื่อ หรือมีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ความต้องการมีคุณค่า มีประโยชน์ต่อสังคมหรือชุมชนที่ตนเองอยู่

Poitrenaud (1980) กล่าวว่า กล่าวถึง ด้านต่างๆ ของความพึงพอใจในชีวิต คือ

1. PROFESSIONAL LIFE (ชีวิตในด้านการทำงาน) คือ บุคคลที่ต้องการมีความพึงพอใจ พอใจต่อการทำงาน ทั้งบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย

2. SENTIMENTAL LIFE (ความรู้สึกทางอารมณ์) คือ มีความพึงใจ พอใจในเรื่องของการมีสิ่งยึดเหนี่ยวที่ทางจิตใจ มีความรัก มีความมั่นคงและเสถียรภาพทางอารมณ์

3. FAMILY LIFE (ชีวิตด้านครอบครัว) คือ มีความพึงใจ พอใจในสายสัมพันธ์ของครอบครัว อาจรวมถึงชุมชนที่อยู่รอบตัวได้ด้วย

4. SOCIAL LIFE (ชีวิตสังคม) คือ ความพึงใจ พอใจกับการเข้าร่วมในองค์กรต่างๆ ซึ่งเป็นการเข้าร่วมด้วยความตั้งใจของเจ้าตัวเอง

5. LEISURE ACTIVITIES (การใช้เวลาว่าง) คือ มีความพึงใจ พอใจกับกิจกรรมต่างๆ ที่ตนเองให้ความสนใจ เช่น กิจกรรมที่ให้ความสนุกสนานหรืองานอดิเรก เช่น การเล่นกีฬาต่างๆ โดยเฉพาะกีฬาที่ต้องเล่นมากกว่า 2 คนขึ้นไป การชมการแสดงดนตรี (คอนเสิร์ต) การชมภาพยนตร์ การชมความบันเทิงต่างๆ เป็นต้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงแบ่งความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุเป็น 3 ด้าน ได้แก่

1. ด้าน PHYSICAL หรือร่างกาย หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีลักษณะการกิน การอยู่ที่ดี ได้รับประทานอาหารที่ดี ครบ 3 มื้อ สามารถกินอิ่มและนอนหลับได้ มีที่พักอาศัยที่เอื้ออำนวย อีกทั้งยังมีสุขภาพพลอดิขัยในชีวิตและมีสุขภาพที่ดี

2. ด้าน MENTAL หรือ จิตใจและอารมณ์ หมายถึง ผู้สูงอายุรู้สึกถึงคุณค่า มีความรู้สึกดีและรักตนเอง เห็นมุมมองที่ดีและรู้ความสามารถของตนเองและผู้อื่น สามารถให้และรับความอบอุ่นทางใจได้ ไม่รู้สึกขาดหายหรือบกพร่องในความรู้สึก ชีวิตมีความสุข ร่าเริงแจ่มใส สนุกสนาน

3. ด้าน SOCIAL หรือ สังคม หมายถึง การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บุคคลในสังคม มีการพบปะสังสรรค์กับบุคคลใหม่ๆ และเข้าร่วมกิจกรรมที่ที่สร้างประโยชน์ต่อบุคคลอื่น รวมทั้ง

การได้เป็นหนึ่งในเดียวกับกลุ่มหรือสังคมที่ตนเองเข้าร่วม และได้รับการยอมรับอย่างมีเกียรติ มีศักดิ์ศรี

2.3 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being)

3.1 ความหมายของความเป็นอยู่ที่ดี

องค์การอนามัยโลก หรือ World Health Organization (WHO) ซึ่งเป็นหน่วยงานหลักที่ทำงานเกี่ยวกับระบบสุขภาพระดับโลกนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2489 ได้นิยามว่าสุขภาพ (Health) ในธรรมนูญสุขภาพ ไว้ว่าสภาวะความเป็นอยู่ที่ดีทั้งทางกาย จิต และสังคม โดยมีได้จำกัดอยู่เพียงแค่การปราศจากโรคและความพิการ (Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of the disease and infirmity) ซึ่งเป็นนิยามที่ครอบคลุมใน 3 มิติสำคัญของชีวิตมนุษย์ ประกอบด้วย ทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจหรืออารมณ์ และด้านสังคม

แนวคิดความอยู่ดีมีสุข (Well-being) เป็นแนวคิดที่ว่าด้วย ธรรมชาติของมนุษย์จะแสวงหาความสุข ความพึงพอใจและหลีกเลี่ยงสิ่งที่จะก่อให้เกิดความเจ็บปวด อาจกล่าวได้ว่า การที่ปัจเจกบุคคลมีแรงจูงใจตามธรรมชาติที่มุ่งประโยชน์ส่วนตนในการที่จะแสวงหาความสุข ความสุข และหลีกเลี่ยงความเจ็บปวด ความทุกข์

Shin and Johnson (1978) ได้ให้คำนิยามของ ความอยู่ดีมีสุข (Wellbeing) ว่าหมายถึง การที่บุคคลนั้นๆ ได้ทำการประเมินเกณฑ์ของคุณภาพชีวิตตามที่ได้กำหนดเอาไว้เอง

Fellow (1956) พบองค์ประกอบที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ดังต่อไปนี้

1. ความเป็นอยู่ที่ดีทางด้านร่างกาย (Physical and material Well-Being)

1.1 องค์ประกอบในการใช้ชีวิต นอกจากปัจจัย 4 คือ อาหาร ยารักษาโรค เครื่องนุ่มห่ม และที่อยู่อาศัยแล้ว ยังมีความคาดหวังในอนาคต ความสุขสบาย ความเป็นเจ้าของ ความมั่นคงทางการเงิน

1.2 ความปลอดภัยและสุขภาพ คือ ห่างไกลจากความเจ็บป่วยต่างๆ ทั้งทางด้านร่างกาย และทางจิตใจ การมีความสุข รวมทั้งมีอารมณ์ที่ปลอดโปร่ง เบาสบาย ไร้ความกังวล

2. ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (Relation with Others People)

2.1 คู่รัก หรือคู่ชีวิต ได้แก่ การมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน ความเป็นเพื่อนที่เกื้อกูลกัน

2.2 บุตรหลาน ทายาท การให้การดูแล ความใส่ใจ และการเลี้ยงดูบุคคลในครอบครัว โดยเฉพาะบุตรหลาน ได้แก่ การสร้างสัมพันธภาพในการเฝ้าดูและติดตามการเติบโตของเด็ก สร้าง

ความผูกพัน สร้างความสนุกสนานแก่บุตรหลาน ได้มีการสร้างความทรงจำเปี่ยมสุขด้วยกัน รวมทั้ง การให้ความช่วยเหลือ ชี้แนะ ให้คำสอนและเป็นแบบอย่างที่ดีส่งต่อบุตรหลานได้จดจำ

2.3 ญาติพี่น้อง และครอบครัว มีความเป็นห่วงเป็นใย และมีความเข้าใจและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2.4 สัมพันธภาพกับเพื่อนสนิท ให้ความไว้วางใจ มีการช่วยเหลือ และให้คำแนะนำ คำปรึกษาหารือระหว่างกัน

3. ด้านกิจกรรมในสังคม (Social, Community and Civil Activities)

3.1 มีกิจกรรมที่ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นๆ ในชุมชนหรือสังคมที่ตนอยู่อาศัย โดยได้ให้ความช่วยเหลือทั้งเด็กและผู้ใหญ่ หรือการสร้างประโยชน์แก่ชุมชนแวดล้อม การได้ร่วมเป็นสมาชิกของกลุ่มต่างๆ เช่น การไปวัด งานทำงานอาสาสมัคร

3.2 มีกิจกรรมอย่างเป็นทางการของรัฐ

1. ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical Well-being)

สุขภาพ (Health) เมื่อมีอายุที่มากขึ้นจะมีปัญหาด้านสุขภาพเพิ่มขึ้น คือ สุขภาพและร่างกายทรุดโทรม มีโอกาสที่จะเจ็บป่วย และเกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ง่ายกว่าที่ผ่านมา เป็นสาเหตุให้ต้องพึ่งพาผู้อื่น ประสบปัญหาที่ยากลำบาก ความพึงพอใจในชีวิตน้อยลง เพราะสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง

Palmore (1975) กล่าวว่า บุคคลที่มีสุขภาพไม่ดีเชิงวัตถุวิสัยอาจมีความพึงพอใจสูง ถ้าเขาเชื่อว่าสุขภาพของเขาดี แต่ในทำนองเดียวกันบุคคลที่มีสุขภาพดี มีร่างกายแข็งแรง อาจจะไม่มีความพึงพอใจในชีวิตน้อยกว่าได้ ถ้าเขาเชื่อว่าสุขภาพของเขานั้นยังไม่ดี ดังนั้นปัจจัยด้านสุขภาพ จึงเป็นปัจจัยที่สามารถคาดเดาถึงความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้เช่นกัน

ประเวศ วะสี และคณะ (2551) กล่าวว่า สุขภาพ คือ ภาวะที่ร่างกายมีความสมบูรณ์ โดยประเมินได้จากความสมบูรณ์แข็งแรงและโครงสร้างการทำงานที่ของร่างกาย กล่าวคือ สามารถใช้อวัยวะต่างๆ ในร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว มีพลังในตนเอง สามารถจัดการต่อการดูแลสุขภาพร่างกาย และความเป็นอยู่ของตนเองได้ทั่วไป เช่น สามารถดำรงชีวิตตามวิถีปฏิบัติของตนได้ด้วยตนเอง

เศรษฐกิจ หรือสภาพคล่องทางการเงินของตัวบุคคล Crandell (1980) กล่าวว่า เนื่องจากผู้สูงอายุมีทรัพย์สินและการเก็บออมที่จำกัด โอกาสในการสร้างรายได้มีน้อยลง ประกอบกับภาวะค่าครองชีพที่สูงขึ้น ทั้งภาวะเงินเฟ้อและการขึ้นภาษี ทำให้ผู้สูงอายุที่ครั้งหนึ่งในอดีตเคยทำงาน ที่สร้างรายได้ และเป็นอยู่อย่างสะดวกสบายแต่ก่อนนั้น แทบจะไม่เพียงพอในสถานการณ์ปัจจุบัน การใช้ชีวิตต้องเปลี่ยนไป

2. ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental Well-being)

ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ผู้สูงอายุ จะเกิดข้อจำกัดทางสังคม หรือปัจจัยที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการทำงาน เช่น การเกษียณอายุ ในวัย 55 หรือ 60 ปี หรือตามท้องที่ที่กำหนดคนนั้น ทำให้สูญเสียความสำคัญ และบทบาทหน้าที่ในการทำงานของตนรวมถึงความมั่นใจในตนเองด้วย จึงเปลี่ยนและมุ่งความสนใจไปยังครอบครัวแทน เพื่อหาบทบาทและความสำคัญใหม่ให้แก่ตนเอง และยังเป็นวัยที่ต้องการความเอาใจใส่จากครอบครัว โดยเฉพาะคนในครอบครัว ญาติผู้ใกล้ชิด เป็นผู้ดูแลทั้งสุขและทุกข์ อีกทั้งยังคอยให้ความช่วยเหลือ หรือให้ความเคารพ ให้ความสำคัญ ให้เกียรติ ให้ความสำคัญนับถือ จะสร้างความรู้สึกมีคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุ ดังนั้นความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวจึงตัวเป็นตัวชี้วัดถึงความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

เขมิกา ยามะรัต (2527) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์อันดีต่อครอบครัว และบุคคลในครอบครัว จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง

จากบทบาทและประโยชน์ของศาสนาพบว่า การปฏิบัติตนตามครรลองของศาสนา นั้นๆ จะทำให้มีความเชื่อ ความคิด และการกระทำ ที่เข้าใจเรื่องดีและไม่ดีที่เกิดขึ้นในชีวิตได้

ความเชื่อและศรัทธา รวมทั้งการนับถือศาสนา ได้ก่อให้เกิดประโยชน์ 4 ประการ คือ

- 1) ทำให้บุคคลรู้สึกว่ามีชีวิตมีความหมาย
- 2) การสร้างเป้าหมายที่ชัดเจนในชีวิต
- 3) การสร้างแง่มุม หรือมุมมองที่ดี
- 4) การสร้างความมั่นใจในการจัดการกับความเครียดและการแก้ปัญหา

3. ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social Well-being)

สัมพันธภาพทางสังคม กับของบุคคลภายนอกครอบครัวต่อผู้สูงอายุ ก็ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตได้เช่นกัน สัมพันธ์กับการศึกษาของนิศา ชูโต (2525) พบว่า ผู้สูงอายุส่วนมากมักประสบปัญหาในการปรับตัวเข้ากับสังคม เนื่องจากการขาดเพื่อนรุ่นเดียวกัน ไม่สามารถพูดคุยในเรื่องที่เข้าใจร่วมกันได้ ทั้งเหตุการณ์ ความนิยมในยุคสมัยต่างๆ จึงเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้างเหงา และว้าเหว่

Atchely (1980) กล่าวว่า เพื่อน คนรู้จัก บุคคลในสังคม และเพื่อนบ้าน เป็นกลุ่มคนที่ จะให้ความดูแล ความช่วยเหลือและเป็น โอกาสที่ทำให้ผู้สูงอายุได้ติดต่อกับโลกภายนอก

ซึ่งสามารถสรุปองค์ประกอบของแรงสนับสนุนทางสังคมในผู้สูงอายุ ได้ดังนี้

1. ความผูกพัน เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อผู้สูงอายุ โดยมักพบว่า ปัญหาทางด้านจิตใจหรือ อารมณ์นั้น มาจากการที่ต้องรับมือกับร่างกายและสังคมที่ต่างจากเดิม จึงเกิดความกังวลใจ และวิตกกังวล

2. การรับรู้คุณค่าในตนเอง เพราะการเกษียณอายุงาน จะสิ้นสุดความรับผิดชอบต่อการทำหน้าที่ จะทำให้มีความรู้สึกไร้ประโยชน์ หมดคุณค่า ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

3. การรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและชุมชน เป็นการรักษาสักยภาพของผู้สูงอายุ โดยการกระตุ้นให้เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ อยู่เสมอ เพื่อให้มีบทบาทในสังคม โดยได้มีโอกาสช่วยเหลือคนอื่นๆ และยังสามารถแลกเปลี่ยนเพื่อเป็นการสร้างเครือข่ายทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ

4. การได้รับการช่วยเหลือในด้านต่างๆ เนื่องจากผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับการดูแล และช่วยเหลือในการใช้ชีวิตให้มีความสุขสบาย และปลอดภัยจากข้อจำกัดทางร่างกาย

5. การสร้างโอกาสที่จะได้เลี้ยงดูและช่วยเหลือบุคคลอื่น เป็นการแลกเปลี่ยนประโยชน์ระหว่างกัน เพราะผู้สูงอายุเป็นผู้มีความรู้ มีทักษะ มีความสามารถ และมีประสบการณ์มากมาย ควรมีโอกาสได้ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ที่ตนมีต่อสังคม ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุได้เห็นและรับรู้ถึงคุณค่าในตนเอง ที่สามารถสร้างประโยชน์แก่ส่วนรวมได้ ทั้งแก่ครอบครัว ชุมชนและสังคม

2.4 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสุข (Happiness)

4.1 ความหมายของความสุข

Veenhoven (1997) ได้ให้ความหมายของความสุขว่า เป็นการคาดคะเนของแต่ละคนว่า มีความชื่นชอบ หรือความพึงพอใจในภาพรวมของชีวิตขนาดไหน การที่บอกว่าตนเองมีความสุขนั้น จึงหมายถึง การเกิดความรู้สึกชอบหรือพึงพอใจกับชีวิตของตนเองนั่นเอง

Manion (2003) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง สภาวะที่เต็มไปด้วยความคิดและพลังงานบวก ซึ่งสามารถแสดงออกให้คนอื่นเห็นได้

ดังนั้นความสุข (Happiness) สามารถกล่าวได้ว่าเป็นการประเมินของแต่ละบุคคลตามการรับรู้ของตนเองต่อสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น ว่ามีความชอบหรือพอใจ เป็นความรู้สึกในทิศทางบวก เช่น ยินดี สนุกสนาน ภาคภูมิใจ

ลักษณะของบุคคล หรือบุคลิกที่ก่อให้เกิดความสุข ประกอบด้วยลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. คนที่นับถือตนเองสูง หมายถึง คนที่ชอบตนเอง มองตัวเองในแง่บวก เช่น มีความมั่นใจ ออกกำลังกายทั้งความคิด คำพูดและการกระทำ มีเสน่ห์ต่อผู้พบเห็น สามารถปรับตัวอย่างเหมาะสมเพื่อให้เข้ากับสังคมที่อยู่ได้

2. คนที่สามารถควบคุมชีวิตของตัวเอง หมายถึง การที่เชื่อว่าชีวิตเป็นของตัวเอง จะเกิดเหตุดีหรือร้าย ก็อยู่ที่ตัวเราเองเท่านั้น มีความเชื่อมั่นในการใช้ชีวิต

3. คนที่มองโลกในแง่ดี หมายถึง คนที่สามารถมองหาแง่มุมที่ดีหรือแตกต่าง เพื่อสร้างกำลังใจให้ตนเองได้ เช่น เมื่อเจอกับงานที่ยากและไม่ถนัด ก็จะมองว่าเป็นโอกาสที่ได้เรียนรู้งานที่มีความท้าทาย

4. คนที่มีความเปิดเผยทางความรู้สึก หมายถึง คนที่มี EI (Emotional Intelligence) สูง สามารถจัดการและรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้นได้ รู้ความรู้สึกของตนเอง ว่า ณ ขณะนี้ รู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร

ความพึงพอใจในชีวิต คือ ความนึกคิด ความรู้สึกต่อการที่ได้รับการตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง และความสุข คือ ความรู้สึกของตนเองต่อสภาวะ ณ ขณะนั้น หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น จากสถานการณ์ตัวอย่าง เมื่อได้รับคำชมเชยจากคนรอบข้าง จะมีความพึงพอใจในชีวิตเกิดขึ้น จากคำชมเชยที่เข้ามาตอบสนองต่อความต้องการ จากความเหนื่อย ที่ได้ลงแรงเพื่อให้ความสำเร็จนั้นเกิดขึ้น และเกิดความสุขจากสถานการณ์ที่ได้รับคำชมเชย ทำให้เกิดความรู้สึกบวก กล่าวคือ ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความนึกคิด ความรู้สึกที่มีต่อความรู้สึกที่ได้รับการตอบสนอง แต่ความสุข เป็นความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ดังนั้น แม้จะเกิดความพึงพอใจในชีวิต แต่ก็อาจจะไม่เกิดความสุขก็ได้เช่นกัน

2.5 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ

5.1 พฤติกรรมการใช้ระบบออนไลน์และเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุบทบาทและแนวคิดของสังคมออนไลน์

ระบบออนไลน์ (Online) เป็นช่องทางการติดต่อสื่อสาร ที่นิยมใช้งานในปัจจุบัน กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม โดยสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (สพธอ.) หรือ Electronic Transactions Development Agency (ETDA) ได้ให้ความคิดเห็นไว้ว่า กลุ่มผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่เพิ่มจำนวนการใช้งานขึ้นอย่างรวดเร็วต่อในการใช้งานระบบ Online และผลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2561) ได้ทำการสำรวจการสื่อสารในครัวเรือน โดยการใช้งานเทคโนโลยีสารสนเทศและ พ.ศ. 2559 2560 และ 2561 พบว่า ในกลุ่มผู้ใช้งานที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมีการใช้งานระบบ Internet เพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ดังตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 ตารางแสดงอัตราการเพิ่มขึ้นของการใช้งานระบบ Internet ในกลุ่มบุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ปี พ.ศ.	ร้อยละของการใช้งานระบบอินเทอร์เน็ต
2559	6.0
2560	6.54
2561	11.83

ที่มา : National Statistical Office Ministry of Digital Economy and Society (2018)

นอกจากนี้การสำรวจการใช้งาน Internet ของคนไทยในปีพ.ศ. 2561 พบว่ากลุ่มที่มีอายุผู้สูงอายุ (อายุ 54 - 72 ปี) มีจำนวนชั่วโมงการใช้งาน Internet เฉลี่ยระหว่างวันทำงานมากกว่า 8 ชั่วโมงต่อ และจำนวนชั่วโมงการใช้งานระบบ Internet ในวันหยุดก็ยิ่งมากกว่าวันทำงานอีกด้วย และยังพบว่ากิจกรรมที่ใช้เวลานานมากที่สุด คือ การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2561) จากสถิติการดังกล่าวเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุในประเทศไทยมีการใช้งานระบบ Online เพิ่มมากอย่างก้าวกระโดด และมีจำนวนชั่วโมงเฉลี่ยต่อวันในการใช้งานสูงมาก จากการศึกษาของกันตพล บันทัดทอง (2557) พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อการใช้งานเครือข่าย Social Network ในระดับพึงพอใจมาก และเครือข่ายที่นิยมใช้ ได้แก่ Facebook, Twitter และ Line ตามลำดับ และสอดคล้องกับการศึกษาของสุวิษ ธิระ โคตร และวีรพงษ์ พลนิกรกิจ (2561) ซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์ในการใช้ระบบ Online เพื่อการติดต่อสื่อสารกับคนในสังคม และเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน รวมทั้งได้ใช้ Facebook เพื่อหาความรู้ด้านสุขภาพอนามัยด้วย และแรงจูงใจในการใช้ Social Network ของผู้สูงอายุ คือ ค่าใช้จ่ายที่ถูกลง และมีอิสระเสรี

ผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์ในการใช้งาน เพื่อการติดต่อสื่อสารกับคนในครอบครัวเป็นหลัก และการเข้าใช้งาน Social Network นั้น ยังช่วยให้สามารถเข้าถึงข้อมูลต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นข้อมูลเกี่ยวกับความรู้ เช่น ทางด้านสุขภาพ หรือข้อมูลที่ให้ความบันเทิง เช่น นิยาย ละคร เพลง ฯลฯ

5.2 การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

การใช้งาน Social Network มีความสัมพันธ์กับ Quality of life ของผู้สูงอายุ ในหลายด้าน โดยด้านความสัมพันธ์กับครอบครัวและผู้อื่น คือ ผู้สูงอายุจะมีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนและครอบครัว จากการสานสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่อง (Putnam, 2000) ทำให้เกิดความใกล้ชิด และผูกพันต่อคนอื่นในสังคม อีกทั้งยังสามารถแสดงพฤติกรรมที่ใช้ในการผูกสัมพันธ์ได้ เช่น การให้กำลังใจ การแสดงความนึกถึงหรือคิดถึง การเล่าและแบ่งปันประสบการณ์ต่างๆ ซึ่งส่งผลต่อความเป็นอยู่ที่ดีด้านสุขภาวะทางอารมณ์ (Emotional well-being)

การใช้งาน Social Network มีประโยชน์ในการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุ มีความเป็นอยู่ในชีวิตที่สมบูรณ์ โดยเฉพาะในด้านการมีความสัมพันธ์ทางสังคม สามารถลดความรู้สึกเหงา และว่าเหวได้ จากการที่ได้สานสัมพันธ์กับบุคคลอื่นมากขึ้น จึงควรมีการส่งเสริมให้เข้าใช้งานใช้งาน Social Network อย่างถูกวิธีตั้งแต่ขั้นแรกของการใช้งาน รวมทั้งการรู้เท่าทัน เพื่อป้องกันตนเองจากความเลียง และอันตรายที่เกิดจากการใช้งาน เช่น การถูกโจรกรรมทางไซเบอร์ การให้ความสำคัญกับการรักษาข้อมูลส่วนตัว ฯลฯ ในทางการแพทย์เอง สามารถส่งเสริมและดูแลด้านสุขภาพให้แก่ผู้สูงอายุได้เช่นกัน โดยผ่านช่องทาง Social Network เช่น ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ รวมทั้งการใช้ Telemedicine ซึ่งเป็นการเข้ารับคำปรึกษาจากแพทย์ทางไกล นอกจากนี้ การใช้งาน Social Network ในกลุ่มผู้สูงอายุ ยังเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยผู้สูงอายุจากภาวะซึมเศร้าได้ เป็นการป้องกันความรู้สึกแปลกแยกจากสังคมที่จะเกิดกับผู้สูงอายุ

บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย

ผู้วิจัยได้ออกแบบระเบียบวิธีวิจัยสำหรับการศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ โดยแบ่งระเบียบวิธีวิจัย ดังต่อไปนี้

- 3.1 ระเบียบวิธีวิจัย
- 3.2 การกำหนดประชากร และการสุ่มตัวอย่าง
- 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
- 3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.5 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้
- 3.6 วิธีการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.1 ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ประเภทการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามทั้งทางออนไลน์และออฟไลน์ (Questionnaire) และทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS จากนั้น จะทำการสรุปผลการวิจัยและนำเสนอผลการวิจัยตามลำดับ พร้อมเสนอแนวทางการพัฒนากลยุทธ์ที่เหมาะสมกับอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

3.2 การกำหนดประชากร และการสุ่มตัวอย่าง

3.2.1 ประชากรเป้าหมาย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง

3.2.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง เป็นจำนวนทั้งสิ้น 400 คนที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling) และทำแบบสอบถามด้วยความสมัครใจ ซึ่งได้อ้างอิงการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวในกรณีที่ไม่ทราบจำนวนประชากรแน่นอนจากสูตรของ Cochran (1977) โดยมีสัดส่วนของประชากรร้อยละ 50 ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ($Z = 1.96$) และมีค่าความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ที่ร้อยละ 5 พิจารณาได้จากสมการดังนี้

$$n = \frac{p(1-p)Z^2}{e^2}$$

$$= \frac{0.5(1-0.5)1.96^2}{0.05^2}$$

$$= 384.16$$

โดยที่	n	คือ	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	p	คือ	สัดส่วนของประชากรที่ผู้วิจัยกำหนดจะสุ่ม
	Z	คือ	ระดับความเชื่อมั่นหรือระดับนัยสำคัญ
	E	คือ	ระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับให้เกิดขึ้นได้

3.2.3 การสุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ใช้การสุ่มตัวอย่างโดยไม่ใช้ทฤษฎีความน่าจะเป็น (Non-Probability Sampling) โดยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสะดวก (Convenience Sampling) ผ่านการกระจายและแชร์ต่อแบบสอบถามออนไลน์ Google Form ให้กลุ่มตัวอย่างผ่านช่องทางออนไลน์ต่าง ๆ ได้แก่ กลุ่มใน Facebook เช่น กลุ่มสูงวัย กลุ่มสูงวัยหัวใจเดียวกัน กลุ่มสมาคมสูงวัยแห่งประเทศไทย กลุ่มผู้สูงวัยยุคใหม่ สุขภาพดี มีความสุข เป็นต้น กลุ่ม Line ญาติและเพื่อนของนักศึกษาวิทยาลัยการศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล ที่มีสมาชิกในกลุ่มเป็นผู้สูงวัย รวมทั้งการลงพื้นที่เพื่อเก็บแบบสอบถามจากชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 39 (ราษฎร์บูรณะ) และชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่มีมาตรวัดประมาณค่าที่ 4 – 6 ระดับ จำแนกเป็น 2 ส่วน

ดังนั้น ส่วนที่ 1 จะเกี่ยวข้องกับความแตกต่างด้านประชากรศาสตร์ เช่น เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพ การศึกษา เป็นต้น

ส่วนที่ 2 เกี่ยวข้องกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม และที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุได้แก่ การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social media use) ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental well-being) ประกอบด้วย ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธา ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical well-being) ประกอบด้วย สุขภาพ เศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being) ประกอบด้วย สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ความพึงพอใจในชีวิต ความสุข การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 และสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอกของผู้สูงอายุ

3.3.1 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบสอบถาม “การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม และที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ” ผู้วิจัยดำเนินการสร้างดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุเพื่อให้ ทราบถึงหลักการ แนวทาง ความสำคัญ และการนำมาประยุกต์ใช้ในงานวิจัยนี้ โดยการทบทวนเอกสาร วารสาร หนังสือ ตำราและงานวิจัยต่างๆ
2. ศึกษาตัวอย่างแบบสอบถามความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุของนักการศึกษาที่ได้ทำวิจัยในอดีตที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน
3. สร้างข้อคำถามเพื่อศึกษาลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ โดยมีรายการที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนา การศึกษา อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) อาชีพ (ปัจจุบัน) รายได้ รวมของครอบครัว/เดือน จำนวนสมาชิกครอบครัวที่พัวอาศัยด้วยกัน และลักษณะที่อยู่อาศัย
4. สร้างข้อคำถามตามนิยามศัพท์ความพึงพอใจในการใช้ชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social media use) ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental well-being) ประกอบด้วย ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธา ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical well-being) ประกอบด้วย สุขภาพ และเศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being) ประกอบด้วย สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ความพึงพอใจในชีวิต ความสุข การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 และการ

รับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจของผู้สูงอายุ ซึ่งคำถามที่ดำเนินการแล้วเสร็จ จะมีลักษณะเป็นคำถามเชิงนิมิต โดยการตอบเป็นแบบมาตรวัดประเมิณค่า 5 ระดับ ประกอบด้วย เห็นด้วยน้อยที่สุด เห็นด้วยน้อย เห็นด้วย เห็นด้วยมาก และเห็นด้วยมากที่สุด

5. นำแบบสอบถามการศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม และที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ มาจัดเป็นฉบับที่สมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้วัดคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างต่อไป

สำหรับเครื่องมือประเภทมาตรประมาณค่า (Rating Scale) ที่แบ่งระดับความคิดเห็น ออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่ 1 เห็นด้วยน้อยที่สุด, 2 เห็นด้วยน้อย, 3 เห็นด้วยปานกลาง, 4 เห็นด้วยมาก และ 5 เห็นด้วยมากที่สุด นอกจากนี้ได้กำหนดเป็นช่วงคะแนน โดยใช้หลักการแบ่งช่วงการแปลผลตามหลักแห่งอันตรภาคชั้น (Interval Scale) โดยความกว้างของอันตรภาคชั้นหรือช่วงระยะเท่ากับ 0.8 ตามสมการดังต่อไปนี้

$$\begin{aligned} \text{พิสัย} &= (\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}) / \text{ช่วงคะแนน} \\ &= (5 - 1) / 5 \\ &= 0.80 \end{aligned}$$

ตารางที่ 3.1 การแปลความหมายของระดับความสำคัญ

ระดับความคิดเห็น	ค่าเฉลี่ย (Mean)	การแปลความหมาย
5	4.21 - 5.00	สำคัญมากที่สุด
4	3.41 - 4.20	สำคัญมาก
3	2.61 - 3.40	สำคัญปานกลาง
2	1.81 - 2.60	สำคัญน้อย
1	1.00 - 1.80	สำคัญน้อยที่สุด

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูล เพื่อนำมาวิเคราะห์ตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากวิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อใช้แสดงตัวและวัตถุประสงค์ในการเก็บและรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยติดต่อชมรมผู้สูงอายุ เครือข่ายผู้สูงอายุ กลุ่มกิจกรรมของผู้สูงอายุ รวมทั้งกลุ่มในสังคมออนไลน์ เพื่อนำเสนอแบบสอบถามการศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม และที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

3. ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาโดยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling) และตอบแบบสอบถามด้วยความสมัครใจ จำนวน 400 คน

4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาคัดเลือกฉบับที่สมบูรณ์ เพื่อวิเคราะห์และตรวจคะแนน

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)

สำหรับข้อมูลด้านประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนา การศึกษา อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) อาชีพ (ปัจจุบัน) รายได้รวมของครอบครัว (บาท) / เดือน จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน และลักษณะที่อยู่อาศัย โดยอธิบายและวิเคราะห์ผลจากค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) พร้อมจัดทำตารางไขว้ (Cross-tabulation Table) ระหว่างข้อมูลด้านประชากรศาสตร์และความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ นอกจากนี้สำหรับข้อมูลระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่าง โดยอธิบายและวิเคราะห์ผลจากค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation; S.D.) เพื่อทราบถึงการกระจายของข้อมูลและนำมาแปลระดับความคิดเห็น

2. การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่าง

สำหรับทดสอบหาความแตกต่างของอิทธิพลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม โดยอธิบายและวิเคราะห์ผลจากการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) ในโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ซึ่งกำหนดระดับนัยสำคัญที่ 0.05

3. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์และความถดถอยพหุคูณระหว่างตัวแปร

สำหรับทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการอธิบายและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ผ่านการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ (Correlation Analysis) และการทดสอบด้วยสถิติและการวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ซึ่งผู้วิจัยกำหนดระดับนัยสำคัญที่ 0.05 โดยทดสอบว่า อิทธิพลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคมใดบ้างที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

สำหรับเกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ยไปสู่ผลหรือระดับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้เลือกใช้เกณฑ์ตามแนวคิดของบุญชม ศรีสะอาด (บุญชม ศรีสะอาดและบุญส่ง นิลแก้ว, 2535) พร้อมกันนี้ผู้วิจัยได้มีการปรับช่วงของค่าเฉลี่ยให้สอดคล้องกับมาตรวัดของแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ สำหรับการกำหนดช่วงของค่าเฉลี่ยและการแปลผลระดับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เป็นดังนี้

ตารางที่ 3.2 การแปลความหมายของระดับคะแนนความคิดเห็น

ระดับความคิดเห็น	ค่าเฉลี่ย (Mean)	การแปลความหมาย
5	4.51 - 5.00	เห็นด้วยมากที่สุด
4	3.51 - 4.50	เห็นด้วยมาก
3	2.51 - 3.50	เห็นด้วยปานกลาง
2	1.51 - 2.50	เห็นด้วยน้อย
1	1.00 - 1.50	เห็นด้วยน้อยที่สุด

4. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน

3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรที่ศึกษา สถิติที่ใช้คือ ค่าสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics)

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่เป็นปัจจัยที่นำมาใช้เป็นตัวพยากรณ์ ซึ่งประกอบด้วยปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social media use) ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental well-being) ประกอบด้วย ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธา ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical well-being) ประกอบด้วย สุขภาพ เศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being) ประกอบด้วย สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ความพึงพอใจในชีวิต ความสุข การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 และสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอกของผู้สูงอายุ โดยมีเกณฑ์ในการแปลความหมายของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังนี้ (อกินันท์ จันตะนี, 2549)

ตารางที่ 3.3 การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	การแปลความหมาย
0.91 – 1.00	มีความสัมพันธ์กันในระดับสูงมาก
0.76 – 0.90	มีความสัมพันธ์กันในระดับสูง
0.61 – 0.75	มีความสัมพันธ์กันในระดับค่อนข้างสูง

ตารางที่ 3.3 การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (ต่อ)

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	การแปลความหมาย
0.41 – 0.60	มีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง
0.21 – 0.40	มีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ
0.01 – 0.20	มีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำมาก

3.2 วิเคราะห์น้ำหนักค่าความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิต โดยการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุตามกรอบแนวคิดในการวิจัย ซึ่งประกอบด้วย ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental well-being) ประกอบด้วย ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธา ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical well-being) ประกอบด้วย สุขภาพ เศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being) ประกอบด้วย สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ความพึงพอใจในชีวิต ความสุข การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 และสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอกของผู้สูงอายุ

3.6 วิธีการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.6.1 การทดสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของงานวิจัยกับผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามให้มีความสมบูรณ์และครอบคลุม นอกจากนี้ผู้วิจัยทำการทดสอบให้ทดลองทำแบบสอบถาม (Face Validity) เพื่อตรวจสอบความเข้าใจในคำถามและนำข้อคิดเห็นมาปรับปรุงพัฒนาคำถามในแบบสอบถามอีกครั้งให้มีความชัดเจนและเข้าใจมากที่สุด

3.6.2 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือ (Reliability)

ทำการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือก่อนนำข้อมูลมาวิเคราะห์ โดยตรวจสอบความน่าเชื่อถือ (Reliability) จากการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Coefficient of Cronbach's Alpha) ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดความเชื่อมั่นให้อยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ที่มากกว่า 0.7 (Nunnally, 1978)

ตารางที่ 3.4 ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Coefficient of Cronbach's Alpha)

ตัวแปรในการวิจัย (Research Variables)	ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา (Coefficient of Cronbach's Alpha)
การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)	.892
ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental well-being)	
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	.908
ความเชื่อและศรัทธา	.868
ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical well-being)	
สุขภาพ	.896
เศรษฐกิจ	.861
ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being)	
สัมพันธภาพทางสังคม	.886
การสนับสนุนทางสังคม	.815
ความรู้สึกร่วมเทียบกับทางสังคม	.844
ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction)	.918
ความสุข (Happiness)	.854
สถานการณ์โควิด-19 ของผู้สูงอายุ	.886
สถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	.842

บทที่ 4

ผลการวิจัยและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านแบบสอบถามออนไลน์ และออฟไลน์ (Online & Offline Questionnaire) เกี่ยวกับอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ จำนวน 307 ชุด และนำมาประมวลผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป Statistical Package for the Social Science (SPSS) ซึ่งสามารถแบ่งการวิเคราะห์ออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม
2. การวิเคราะห์ข้อมูลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม
3. การวิเคราะห์ข้อมูลอิทธิพลของความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม
4. การวิเคราะห์ข้อมูลด้านปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ
5. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

สัญลักษณ์ที่ใช้ในงานวิจัย

N	หมายถึง	จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย
\bar{X}	หมายถึง	ค่าเฉลี่ย (Mean)
SD	หมายถึง	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
SE	หมายถึง	ค่าประมาณความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standard Error)
P-value	หมายถึง	ค่าระดับนัยสำคัญทางสถิติ
r	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
R	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R ²	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์
B	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปรอิสระ (Beta) แบบ Unstandardized Coefficients

β หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปรอิสระ (Beta) แบบ Standardized Coefficients ผลการวิจัยและการวิเคราะห์ข้อมูล เรื่อง การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดี ทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่งใช้วิธีการเก็บข้อมูลโดยสามารถเก็บข้อมูลได้ 307 ชุด และได้นำข้อมูลมาประมวลผลด้วยโปรแกรมทางสถิติ SPSS เพื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลพร้อมทั้งตั้งสมมติฐาน โดยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็นหัวข้อต่าง ๆ ได้แก่

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนนี้เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างโดยการหาความถี่และร้อยละ เพื่อสรุปลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ทางการศึกษา อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) อาชีพ (ปัจจุบัน) รายได้รวมของครอบครัว (บาท) / เดือน จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน และลักษณะที่อยู่อาศัย โดยสามารถสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4.1 ตารางแสดงข้อมูลเพศ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	110	35.83
หญิง	196	63.84
อื่นๆ	1	0.33
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.1 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 196 คน คิดเป็นร้อยละ 63.84 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 110 คน คิดเป็นร้อยละ 35.83 และเพศอื่นๆ จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.33

ตารางที่ 4.2 ตารางแสดงข้อมูลอายุ

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
60 – 65 ปี	180	58.63
66 – 70 ปี	86	28.01
71 – 75 ปี	32	10.42

ตารางที่ 4.3 ตารางแสดงข้อมูลอายุ (ต่อ)

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
76 – 80 ปี	7	2.28
80 ปีขึ้นไป	2	0.65
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.2 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อายุอยู่ในช่วงอายุ 60 – 65 ปี จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 58.63 รองลงมาอายุอยู่ในช่วง 66 – 70 ปี จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 28.01 ตามด้วย อายุในช่วง 71 – 75 ปี จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 10.42 อายุในช่วง 76 – 80 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 2.28 และอายุ 80 ปีขึ้นไป จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.65

ตารางที่ 4.4 ตารางแสดงข้อมูลสถานภาพ

สถานภาพ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
โสด	61	19.87
สมรส	196	63.84
หย่า	12	3.91
หม้าย	38	12.38
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.3 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ในสถานภาพสมรส จำนวน 196 คน คิดเป็นร้อยละ 63.84 รองลงมาคือสถานภาพโสด จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 19.87 ตามด้วยสถานภาพหม้าย จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 12.38 และสถานภาพหย่า จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 3.91

ตารางที่ 4.5 ตารางแสดงข้อมูลศาสนา

ศาสนา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
พุทธ	279	90.88
คริสต์	5	1.63
อิสลาม	20	6.51
ไม่นับถือศาสนา	3	0.98
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ จำนวน 279 คน คิดเป็นร้อยละ 90.99 รองลงมานับถือศาสนาอิสลาม จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 6.51 ตามด้วย

ศาสนาคริสต์ จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 1.63 และไม่นับถือศาสนาใดๆ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 0.98

ตารางที่ 4.6 ตารางแสดงข้อมูลการศึกษา

การศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ได้เรียนหนังสือ	0	0.00
ประถมศึกษา	4	1.30
มัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญา	23	7.49
ปริญญาตรี	135	43.97
สูงกว่าปริญญาตรี	145	47.23
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.5 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 145 คน คิดเป็นร้อยละ 47.23 ซึ่งใกล้เคียงกับระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 135 คน คิดเป็นร้อยละ 43.97 ตามด้วยการศึกษาระดับมัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญา จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 7.49 และการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.30

ตารางที่ 4.7 ตารางแสดงข้อมูลอาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)

อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รับราชการ	140	45.60
เอกชน	70	22.80
รัฐวิสาหกิจ	6	1.95
ค้าขาย	24	7.82
ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	67	21.82
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.6 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เคยประกอบอาชีพการรับราชการ จำนวน 140 คน คิดเป็นร้อยละ 45.60 รองลงมา คือ อาชีพพนักงานเอกชน จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 22.80 ซึ่งใกล้เคียงกับอาชีพผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 21.82 ตามด้วย อาชีพค้าขาย จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 7.82 และอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 1.95

ตารางที่ 4.7 ตารางแสดงข้อมูลอาชีพ (ปัจจุบัน)

อาชีพ (ปัจจุบัน)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	144	46.91
ค้าขาย	0	0.00
ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	36	11.73
อื่นๆ	127	41.37
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.7 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพ จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 46.91 รองลงมา คือ ประกอบอาชีพอื่นๆ จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 41.37 และประกอบอาชีพผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 11.73

ตารางที่ 4.8 ตารางแสดงข้อมูลรายได้รวมของครอบครัว ต่อเดือน

รายได้รวมของครอบครัว ต่อเดือน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
น้อยกว่า 10,000 บาท	8	2.61
10,000 – 30,000 บาท	41	13.36
30,001 – 50,000 บาท	83	27.04
50,001 – 70,000 บาท	68	22.15
70,001 – 90,000 บาท	30	9.77
มากกว่า 90,000 บาท	77	25.08
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.8 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีรายได้รวมของครอบครัว 30,001 – 50,000 บาท เป็นส่วนมาก จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 27.04 ซึ่งใกล้เคียงกับรายได้รวมของครอบครัวที่ มากกว่า 90,000 บาท จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 25.08 และรายได้รวมของครอบครัวที่ 50,001 – 70,000 บาท จำนวน 68 คิดเป็นร้อยละ 22.15 ตามลำดับ ตามด้วยรายได้รวมของครอบครัว 10,000 – 30,000 บาท จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 13.36 และรายได้รวมของครอบครัวที่ 70,001 – 90,000 บาท จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 9.77

ตารางที่ 4.9 ตารางแสดงข้อมูลจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน

จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
พักอาศัยคนเดียว	24	7.82
2 คน	79	25.73
3 – 5 คน	163	53.09
6 – 7 คน	22	7.17
8 – 9 คน	16	5.21
10 คนขึ้นไป	3	0.98
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.9 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีจำนวนสมาชิกที่พักอาศัยด้วยกันที่ 3 – 5 คน จำนวน 163 คน คิดเป็นร้อยละ 53.09 รองลงมาคือ จำนวนสมาชิกที่พักอาศัยด้วยกันที่ 2 คน จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 25.73 ตามมาด้วย การพักอาศัยคนเดียว จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 7.82 ซึ่งใกล้เคียงกับ จำนวนสมาชิกที่พักอาศัยด้วยกันที่ 6 – 7 คน จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 7.17 ตามมาด้วยจำนวนสมาชิกที่พักอาศัยด้วยกันที่ 8 – 9 คน จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 5.21 และจำนวนสมาชิกที่พักอาศัยด้วยกันที่ 10 คนขึ้นไป จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 0.98

ตารางที่ 4.10 ตารางแสดงข้อมูลลักษณะที่อยู่อาศัย

ลักษณะที่อยู่อาศัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
บ้านพักอาศัย	266	86.64
ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนต์	29	9.45
ที่พักอาศัยของรัฐ	0	0.00
อื่นๆ	12	3.91
รวม	307	100.00

จากตารางที่ 4.10 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีลักษณะที่อยู่อาศัย แบบบ้านพักอาศัย จำนวน 266 คน คิดเป็นร้อยละ 86.64 รองลงมาเป็นลักษณะที่อยู่อาศัย แบบห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนต์ จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 9.45 และ ที่พักอาศัยแบบอื่นๆ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 3.91

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนนี้เป็นการวิเคราะห์การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วยวัตถุประสงค์ของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) เหตุผลในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) และพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) โดยสามารถสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

4.2.1 การวิเคราะห์ข้อมูลวัตถุประสงค์ของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.11 ตารางแสดงข้อมูลวัตถุประสงค์ของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

วัตถุประสงค์ของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)	การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)			
	ไม่เคยใช้เพื่อวัตถุประสงค์นี้เลย	ใช้งานนานๆ ครั้ง	ใช้งานบ่อยครั้ง	ใช้งานสม่ำเสมอ
ใช้เพื่อพูดคุยกับเพื่อนปัจจุบันและเพื่อนเก่า ร้อยละ	4	25	105	173
	1.30	8.14	34.20	56.35
ใช้เพื่อหาเพื่อนใหม่ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ร้อยละ	138	100	43	26
	44.95	32.57	14.01	8.47
ใช้เพื่อติดตามข้อมูลข่าวสาร ร้อยละ	9	25	85	188
	2.93	8.14	27.69	61.24
ใช้เพื่อศึกษาหาความรู้ ร้อยละ	3	31	137	136
	0.98	10.10	44.63	44.30
ใช้เพื่อความบันเทิง ร้อยละ	12	43	100	152
	3.91	14.01	32.57	49.51
ใช้เพื่อซื้อสินค้าและบริการ ร้อยละ	51	94	98	64
	16.61	30.62	31.92	20.85
ใช้เพื่อเล่นเกมส์ ร้อยละ	201	60	24	22
	65.47	19.54	7.82	7.17
ใช้เพื่อประกอบอาชีพ เช่น ค้าขาย ให้บริการ ร้อยละ	161	87	28	31
	52.44	28.34	9.12	10.10

จากตาราง 4.11 สามารถสรุปข้อมูลวัตถุประสงค์ของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ ผู้ตอบแบบสอบถามไม่เคยใช้เพื่อวัตถุประสงค์นี้เลย ได้แก่ ใช้เพื่อเล่นเกมส์

คิดเป็นร้อยละ 65.47 ใช้เพื่อประกอบอาชีพ เช่น ค้าขาย ให้บริการ คิดเป็นร้อยละ 52.44 และใช้เพื่อหาเพื่อนใหม่ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น คิดเป็นร้อยละ 44.95 ตามลำดับ ผู้ตอบแบบสอบถามใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์นี้นานๆ ครั้ง ได้แก่ ใช้เพื่อซื้อสินค้าและบริการ คิดเป็นร้อยละ 30.62 ผู้ตอบแบบสอบถามใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์นี้บ่อยครั้ง ได้แก่ ใช้เพื่อศึกษาหาความรู้ คิดเป็นร้อยละ 44.63 และใช้เพื่อซื้อสินค้าและบริการ คิดเป็นร้อยละ 31.92 และผู้ตอบแบบสอบถามใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์นี้อย่างสม่ำเสมอ ได้แก่ ใช้เพื่อติดตามข้อมูลข่าวสาร คิดเป็นร้อยละ 61.24 ใช้เพื่อพูดคุยกับเพื่อนปัจจุบันและเพื่อนเก่า คิดเป็นร้อยละ 56.35 และใช้เพื่อความบันเทิง คิดเป็นร้อยละ 49.51

4.2.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเหตุผลในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม
ตารางที่ 4.12 ตารางแสดงข้อมูลเหตุผลในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

เหตุผลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)	การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)			
	ไม่เคยใช้เพื่อ วัตถุประสงค์นี้เลย	ใช้งานนานๆ ครั้ง	ใช้งาน บ่อยครั้ง	ใช้งาน สม่ำเสมอ
เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ตอบสื่อสารกัน อย่างอิสระไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน เวลาใด	16	31	109	151
ร้อยละ	5.21	10.10	35.50	49.19
เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อความทันสมัย	48	91	101	67
ร้อยละ	15.64	29.64	32.90	21.82
เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อแลกเปลี่ยนความ คิดเห็นกับผู้อื่น	36	83	118	70
ร้อยละ	11.73	27.04	38.44	22.80
เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เนื่องจากได้รับการ ยอมรับจากเพื่อนและบุคคลอื่น	53	67	101	56
ร้อยละ	17.26	21.82	32.90	18.24
เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพราะประหยัด ค่าใช้จ่าย	20	60	85	142
ร้อยละ	6.51	19.54	27.69	46.25

จากตาราง 4.12 สามารถสรุปข้อมูลวัตถุประสงค์ของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ ผู้ตอบแบบสอบถามใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์นี้บ่อยครั้ง ได้แก่ เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น คิดเป็นร้อยละ 38.44 เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อความทันสมัย และ เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เนื่องจากได้รับการยอมรับจากเพื่อนและบุคคลอื่น คิดเป็นร้อยละ 32.90 และผู้ตอบแบบสอบถามใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์นี้อย่างสม่ำเสมอ ได้แก่ เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ตอบสื่อสารกันอย่างอิสระไม่ว่าจะอยู่ที่

ไหนด เวลาใด คิดเป็นร้อยละ 49.19 และเลือกใช้บริการซื้อขายสังคมออนไลน์เพราะประหยัดค่าใช้จ่าย คิดเป็นร้อยละ 46.25

4.2.3 การวิเคราะห์พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.13 ตารางแสดงข้อมูลพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

พฤติกรรมของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)	รายละเอียด	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนชั่วโมงต่อวัน ในการใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์	น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	8	2.61
	1 – 3 ชั่วโมง	142	<u>46.25</u>
	3 – 5 ชั่วโมง	103	33.55
	5 – 8 ชั่วโมง	48	15.64
	มากกว่า 8 ชั่วโมง	6	1.95
เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่นิยมใช้ (ตอบได้มากกว่า 1)	Facebook	242	78.83
	Line	299	<u>97.39</u>
	Instagram	178	57.98
	Twitter	97	31.60
	YouTube	205	66.78
	อื่นๆ	32	10.42
ความถี่ในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) ในแต่ละวัน	1 – 3 ครั้งต่อวัน	82	26.71
	4 – 6 ครั้งต่อวัน	105	<u>34.20</u>
	7 – 9 ครั้งต่อวัน	72	23.45
	เปิดตลอดทั้งวัน	48	15.64

จากตาราง 4.13 สามารถสรุปข้อมูลพฤติกรรมของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ ผู้ตอบแบบสอบถามใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ 1-3 ชั่วโมงต่อวัน เป็นส่วนใหญ่ โดยเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ผู้ตอบแบบสอบถามนิยมใช้ เป็นอันดับหนึ่ง ได้แก่ Line ตามมาด้วย Facebook และ YouTube ตามลำดับ และผู้ตอบแบบสอบถามเข้าใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ วันละ 4-6 ครั้งเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 34.20

4.2.4 การวิเคราะห์อิทธิพลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.14 ตารางแสดงข้อมูลอิทธิพลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use) ของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ามักจะตรวจสอบบัญชีโซเชียลมีเดียของข้าพเจ้า	3.27	1.158	ปานกลาง	ปานกลาง
ข้าพเจ้าชอบใช้โซเชียลมีเดีย	3.51	1.074	มาก	มาก
การใช้โซเชียลมีเดียเป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรประจำวันของข้าพเจ้า	3.63	1.155	มาก	มาก
ข้าพเจ้าตอบสนองต่อเนื้อหาที่ผู้อื่นแชร์โดยใช้โซเชียลมีเดีย	2.91	1.161	ปานกลาง	ปานกลาง
ข้าพเจ้ารู้สึกขาดการติดต่อจากเพื่อนเมื่อไม่ได้ลงชื่อเข้าใช้โซเชียลมีเดีย	3.07	1.107	ปานกลาง	ปานกลาง
ข้าพเจ้าชอบสื่อสารกับผู้อื่นผ่านโซเชียลมีเดียเป็นหลัก	3.26	1.080	ปานกลาง	ปานกลาง
โซเชียลมีเดียมีบทบาทสำคัญในความสัมพันธ์ทางสังคมของข้าพเจ้า	3.34	1.127	ปานกลาง	ปานกลาง
การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์	3.28	1.123	ปานกลาง	ปานกลาง

จากตาราง 4.14 สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่เห็นด้วยกับการใช้โซเชียลมีเดียเป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรประจำวัน มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.63 รองลงมา คือ ความชื่นชอบในการใช้โซเชียลมีเดีย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 ตามด้วยโซเชียลมีเดียมีบทบาทสำคัญในความสัมพันธ์ทางสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.34 ตามด้วย การตรวจสอบโซเชียลมีเดีย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.27 ตามด้วย ความชื่นชอบสื่อสารผ่านโซเชียลมีเดียเป็นหลัก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.26 ตามด้วย ความรู้สึกขาดการติดต่อจากเพื่อนเมื่อไม่ได้ลงชื่อเข้าใช้โซเชียลมีเดีย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.07 และการตอบสนองต่อเนื้อหาที่ผู้อื่นแชร์โดยใช้โซเชียลมีเดีย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.91

4.3 การวิเคราะห์ข้อมูลอิทธิพลของความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคมของกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนนี้เป็นการวิเคราะห์อิทธิพลของความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคมโดยสามารถสรุปได้ ดังนี้

4.3.1 การวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย

ตารางที่ 4.15 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย : สุขภาพ

สุขภาพ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับ ความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ามีสุขภาพที่แข็งแรง	3.95	0.841	มาก	มาก
ข้าพเจ้ารู้สึกดีกับสภาพร่างกายในปัจจุบัน	3.89	0.860	มาก	มาก
ข้าพเจ้าสามารถใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ได้เป็นอย่างดี	4.09	0.810	มาก	มาก
การลุกและเดินของข้าพเจ้าเป็นไปอย่าง กระฉับกระฉ่ง	3.93	0.937	มาก	มาก
ข้าพเจ้าสามารถเดินในระยะทางไกลๆ ได้	3.86	1.013	มาก	มาก
ข้าพเจ้าออกกำลังกายสม่ำเสมอ	3.55	1.185	มาก	มาก
ข้าพเจ้าสามารถออกไปไหนมาไหนได้ด้วย ตัวของข้าพเจ้าเอง	4.36	0.831	มากที่สุด	มาก
สุขภาพ	3.95	0.925	มาก	มาก

จากตารางที่ 4.15 จากการสำรวจข้อมูลปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ในด้านสุขภาพ สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความสามารถออกไปไหนมาไหนได้ด้วยตัว มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.36 รองลงมา คือ ความสามารถใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายได้เป็นอย่างดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.09 ตามด้วยสุขภาพที่แข็งแรง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 ตามด้วยการลุกและเดินของเป็นไปอย่างกระฉับกระฉ่ง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.93 ตามด้วยความรู้สึกดีกับสภาพร่างกายในปัจจุบัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.89 ตามด้วยความสามารถเดินในระยะทางไกลๆ ได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.86 และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.55

ตารางที่ 4.16 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย : เศรษฐกิจ

เศรษฐกิจ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับ ความเห็นด้วย
ข้าพเจ้าประเมินว่าสถานะทางการเงินของ ข้าพเจ้าและครอบครัวอยู่ในระดับที่น่าพึง พอใจมาก	4.01	0.859	มาก	มาก
ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามาตรฐานการครองชีพของ ครอบครัวของข้าพเจ้าอยู่ในระดับดีกว่า ครอบครัวอื่นๆ ในประเทศ	3.68	0.841	มาก	มาก
ข้าพเจ้ามีเงินใช้เพียงพอต่อเดือน	4.04	0.976	มาก	มาก

ตารางที่ 4.16 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย : เศรษฐกิจ (ต่อ)

เศรษฐกิจ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับ ความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ามีเงินเหลือกินเหลือใช้	3.44	1.117	มาก	มาก
ในขณะนี้ ข้าพเจ้าสามารถพูดได้ว่าข้าพเจ้า และครอบครัวยังไม่ได้ประสบความสำเร็จ ยากลำบากในการเลี้ยงชีพ	4.02	1.052	มาก	มาก
เศรษฐกิจ	3.83	0.969	มาก	มาก

จากตารางที่ 4.16 จากการสำรวจข้อมูลปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ในด้านเศรษฐกิจ สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับการมีเงินใช้เพียงพอต่อเดือน มากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04 รองลงมา ความมั่นใจว่าไม่ได้ประสบความสำเร็จยากลำบากในการเลี้ยงชีพ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.02 ตามด้วยความพึงพอใจในสถานะทางการเงินของตนเองและครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.01 ตามด้วยความรู้สึกว่ามีมาตรฐานการครองชีพของครอบครัวอยู่ในระดับดีกว่าครอบครัวอื่นๆ ในประเทศ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.68 และการมีเงินเหลือกินเหลือใช้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.44

4.3.2 การวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ

ตารางที่ 4.17 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ : ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด

ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับ ความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคล ภายในครอบครัว	4.52	0.715	มากที่สุด	มากที่สุด
บุคคลรอบข้างให้ความสำคัญกับข้าพเจ้าอยู่ เสมอ	4.21	0.773	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้าสามารถพึ่งพามุคคลรอบข้างได้ใน ยามเดือดร้อน	4.23	0.781	มากที่สุด	มาก
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับ ความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองเป็นประโยชน์ต่อบุตร หลาน	4.32	0.764	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้าเป็นที่ยอมรับของคนในครอบครัว	4.41	0.692	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้ามักได้รับการทำความเคารพด้วย ความนอบน้อมจากสมาชิกในครอบครัว	4.35	0.758	มากที่สุด	มาก

ตารางที่ 4.17 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ : ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด (ต่อ)

ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
คนรอบข้างจะคอยให้กำลังใจข้าพเจ้าอยู่เสมอ	4.27	0.742	มากที่สุด	มาก
ครอบครัวของข้าพเจ้าห่วงใยในตัวข้าพเจ้า	4.40	0.762	มากที่สุด	มาก
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	4.34	0.748	มากที่สุด	มาก

จากตารางที่ 4.17 จากการสำรวจข้อมูลปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ในด้านความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลภายในครอบครัว มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.52 รองลงมา คือ การเป็นที่ยอมรับของคนในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.41 ตามด้วย ความห่วงใยที่มีต่อกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.40 ตามด้วยการได้รับความเคารพด้วยความนอบน้อมจากสมาชิกในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.35 ตามด้วย ความรู้สึกเป็นประโยชน์ต่อบุตรหลาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.32 ตามด้วย การให้กำลังใจของคนรอบข้าง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.27 ตามด้วย ความรู้สึกที่สามารถพึ่งพาคู่ครองรอบข้างได้ในยามเดือดร้อน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.23 และการที่บุคคลรอบข้างให้ความสำคัญอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.21

ตารางที่ 4.18 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ : ความเชื่อและศรัทธา

ความเชื่อและศรัทธา	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
ข้าพเจ้าเชื่อเรื่องการทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว	4.60	0.749	มากที่สุด	มากที่สุด
ข้าพเจ้ารู้สึกอึดใจเมื่อนึกถึงศาสนา	4.30	0.856	มากที่สุด	มาก
การนับถือศาสนาทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจชีวิตมากยิ่งขึ้น	3.26	0.896	ปานกลาง	ปานกลาง
ข้าพเจ้าดำรงชีวิตด้วยทางสายกลาง	4.30	0.776	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้าเชื่อว่าการปฏิบัติตนตามหลักคำสอนทำให้เกิดความสุข	4.39	0.756	มากที่สุด	มาก
ความเชื่อและศรัทธา	4.17	0.806	มาก	มาก

จากตารางที่ 4.18 จากการสำรวจข้อมูลปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ในด้านความเชื่อและศรัทธา สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความเชื่อเรื่องการทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.60 รองลงมา คือ การปฏิบัติตนตามหลักคำสอนทำให้เกิดความสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.39 ตามด้วย ความรู้สึกอึดอ้อมใจเมื่อนึกถึงศาสนา และ ความเชื่อในการดำรงชีวิตด้วยทางสายกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ 4.30 และการนับถือศาสนาทำให้เข้าใจชีวิตมากยิ่งขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.26

4.3.3 การวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม

ตารางที่ 4.19 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีสังคม : ความสัมพันธ์ภาพทางสังคม

ความสัมพันธ์ภาพทางสังคม	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจกับการผูกมิตร หรือ การเข้ากับคนอื่นในสังคม	4.16	0.720	มาก	มาก
ข้าพเจ้าพึงพอใจที่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนในสังคม	4.01	0.812	มาก	มาก
ข้าพเจ้ารู้สึกเกี่ยวข้องกับคนในสังคม	3.91	0.807	มาก	มาก
ข้าพเจ้าสามารถเข้าร่วมกับเพื่อน และคนในสังคมได้	4.17	0.765	มาก	มาก
เมื่อข้าพเจ้าเชื่อมโยงกับคนในสังคม ข้าพเจ้าไม่รู้สึกสูญเสียตัวตน	4.13	0.766	มาก	มาก
ความสัมพันธ์ภาพทางสังคม	4.07	0.774	มาก	มาก

จากตารางที่ 4.19 พบว่า จากการสำรวจข้อมูลปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ในด้านความสัมพันธ์ภาพทางสังคม สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความสามารถเข้าร่วมกับเพื่อน และคนในสังคมได้ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 รองลงมาคือ ความพึงพอใจกับการผูกมิตร หรือการเข้ากับคนอื่นในสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.16 ตามด้วย เมื่อเชื่อมโยงกับคนในสังคม ไม่รู้สึกสูญเสียตัวตน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.13 ตามด้วยความพึงพอใจที่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนในสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.01 และความรู้สึกเกี่ยวข้องกับคนในสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91

ตารางที่ 4.20 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีสังคม : การสนับสนุนทางสังคม

การสนับสนุนทางสังคม	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ทางสังคมเสมอ	3.59	0.836	มาก	มาก
ข้าพเจ้ารู้สึกถูกกระตุ้นให้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในสังคม	3.39	0.927	มาก	มาก
บุคคลรอบข้างคอยช่วยให้ข้าพเจ้ารู้สึกสบายใจ	3.98	0.876	มาก	มาก
ข้าพเจ้าได้รับความช่วยเหลือจากชมรมผู้สูงอายุ หรือหน่วยงานของรัฐและเอกชน เมื่อเดือดร้อนหรือมีปัญหาการเจ็บป่วย	2.88	1.390	ปานกลาง	ปานกลาง
ข้าพเจ้ารู้สึกว่า การพบปะพูดคุยกับบุคคลรอบข้างเป็นสิ่งที่น่าตื่นเต้น	3.61	1.022	มาก	มาก
การสนับสนุนทางสังคม	3.49	1.010	มาก	ปานกลาง

จากตารางที่ 4.20 พบว่า จากการสำรวจข้อมูลปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ในด้านความการสนับสนุนทางสังคม สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับการที่บุคคลรอบข้างคอยช่วยให้รู้สึกสบายใจ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.98 รองลงมาคือ การพบปะพูดคุยกับบุคคลรอบข้างเป็นสิ่งที่น่าตื่นเต้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ตามด้วยการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ทางสังคมเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.59 ตามด้วยการถูกกระตุ้นให้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.39 และการได้รับความช่วยเหลือจากชมรมผู้สูงอายุ หรือหน่วยงานของรัฐและเอกชน เมื่อเดือดร้อนหรือมีปัญหาการเจ็บป่วย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.88

ตารางที่ 4.21 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีสังคม : ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม

ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
ข้าพเจ้ามีความพอใจในด้านที่อยู่อาศัยเท่ากับผู้อื่น	4.24	0.810	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้าภูมิใจในความเป็นอยู่เมื่อเทียบกับผู้อื่น	4.32	0.805	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อเห็นผู้อื่นอยู่ดีกินดี	4.48	0.692	มากที่สุด	มากที่สุด

ตารางที่ 4.21 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีสังคม : ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม (ต่อ)

ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
ข้าพเจ้าภูมิใจเมื่อเห็นลูกหลานของข้าพเจ้าได้ดี	4.82	0.425	มากที่สุด	มากที่สุด
ข้าพเจ้ามองตนเองดี และมองผู้อื่นดีเช่นกัน	4.54	0.589	มากที่สุด	มากที่สุด
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	4.48	0.664	มากที่สุด	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.21 พบว่า จากการสำรวจข้อมูลปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ในด้านความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความภูมิใจเมื่อเห็นลูกหลานของข้าพเจ้าได้ดี มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.82 รองลงมาคือ ความรู้สึกที่มองตนเองดี และมองผู้อื่นดีเช่นกัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.54 ตามด้วยความสุขเมื่อเห็นผู้อื่นอยู่ดีกินดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.48 ตามด้วยภูมิใจในความเป็นอยู่เมื่อเทียบกับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.32 และความพอใจในด้านที่อยู่อาศัยต่างๆ กับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.24

4.3.4 การวิเคราะห์ข้อมูลด้านปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 4.22 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

ความพึงพอใจในชีวิต	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
ชีวิตของข้าพเจ้าเป็นไปตามที่ข้าพเจ้าตั้งใจเอาไว้	4.02	0.857	มาก	มาก
ข้าพเจ้ามีชีวิตที่ขอดเยี่ยม	3.95	0.856	มาก	มาก
ข้าพเจ้าพึงพอใจในชีวิต	4.23	0.763	มากที่สุด	มาก
จนถึงตอนนี้ ข้าพเจ้าได้รับสิ่งสำคัญที่ต้องการแล้ว	3.99	0.878	มาก	มาก
ข้าพเจ้าไม่ต้องการเปลี่ยนแปลงอะไรในชีวิต	3.92	0.942	มาก	มาก
ความพึงพอใจในชีวิต	4.02	0.859	มาก	มาก

จากตารางที่ 4.22 พบว่า จากการสำรวจข้อมูลความพึงพอใจในชีวิต สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความพึงพอใจในชีวิต มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.23 รองลงมาคือ ความพึงพอใจในชีวิตที่เป็นไปตามที่ตั้งใจเอาไว้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.02 ตามด้วยความพึงพอใจที่

ได้รับสิ่งสำคัญที่ต้องการในชีวิตแล้ว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.99 ตามด้วยการมีชีวิตที่ยอดเยี่ยม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 และการไม่ต้องการเปลี่ยนแปลงอะไรในชีวิต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92

ตารางที่ 4.23 ตารางแสดงข้อมูลผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

ความสุข	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความสำคัญ	ระดับความเห็นด้วย
โดยทั่วไป, ข้าพเจ้าคิดว่า ข้าพเจ้ามีความสุข	4.34	0.773	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อเทียบกับผู้อื่น	4.21	0.861	มากที่สุด	มาก
ข้าพเจ้าคิดว่า “ความสุข โดยทั่วไปสามารถเกิดขึ้นได้ในชีวิต แม้ว่าจะผ่านอะไรก็ตาม”	4.28	0.776	มากที่สุด	มาก
ความสุข	4.27	0.803	มากที่สุด	มาก

จากตารางที่ 4.23 พบว่า จากการสำรวจข้อมูลความสุข สามารถสรุปข้อมูลได้ว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความเชื่อว่า ข้าพเจ้ามีความสุข มากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.34 รองลงมาคือ ความคิดว่าความสุข โดยทั่วไปสามารถเกิดขึ้นได้ในชีวิต แม้ว่าจะผ่านอะไรก็ตาม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 ตามด้วยการมีความสุขเมื่อเทียบกับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.21

4.4 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

เป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ (Pearson Correlations) ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม โดยมีตัวแปรอิสระ ได้แก่ ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ประกอบด้วย ด้านสุขภาพ (X1) และด้านเศรษฐกิจ (X2) ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ประกอบด้วย ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลใกล้ชิด (X3) และด้านความเชื่อและศรัทธา (X4) ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ประกอบด้วย ด้านสัมพันธภาพทางสังคม (X5) ด้านการสนับสนุนทางสังคม (X6) และด้านความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม (X7) และการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) (X8) ในส่วนตัวแปรตาม ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิต (Y1) และ ความสุข (Y2)

สมมติฐานที่ 1

1.1) ผู้สูงอายุที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน

4.4.1 การวิเคราะห์สถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระกันเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของปัจจัยประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนา

การศึกษา อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) อาชีพ (ปัจจุบัน) รายได้รวมของครอบครัว (บาท) / เดือน
จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน และลักษณะที่อยู่อาศัย ต่อความพึงพอใจในชีวิต

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

ตารางที่ 4.24 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของเพศ

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่		
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	ชาย	หญิง	อื่นๆ
เพศ			1.714	0.182			
ชาย	4.115	0.6781			-	-	-
หญิง	3.965	0.7808			-	-	-
อื่นๆ	4.600	-			-	-	-

ตารางที่ 4.24 เพศ ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศชายและเพศหญิง จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนเพศอื่นๆ มีจำนวนน้อยและไม่สามารถทดสอบสมมติฐานได้

ตารางที่ 4.25 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอายุ

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่				
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	60 – 65 ปี	66 – 70 ปี	71 – 75 ปี	76 – 80 ปี	80 ปีขึ้นไป
อายุ			1.057	0.378					
60 – 65 ปี	3.99	0.7936			-	-0.0495	-0.0537	-0.2100	-1.0100
66 – 70 ปี	4.040	0.6783			0.0495	-	-0.0042	-0.1605	-0.9605
71 – 75 ปี	4.044	0.7089			0.0537	0.0042	-	-0.1563	-0.9563
76 – 80 ปี	4.200	0.4320			0.2100	0.1605	-0.1563	-	-0.9563
80 ปีขึ้นไป	5.00	0.0000			1.0100	0.9605	0.9563	0.8000	-

ตารางที่ 4.25 อายุ ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.26 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของสถานภาพ

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	โสด	สมรส	หย่า	หม้าย
สถานภาพ			0.629	0.597				
โสด	4.049	0.8219			-	0.0226	0.3158	0.0123
สมรส	4.027	0.7388			-0.226	-	0.2932	-0.0103
หย่า	3.733	0.8752			-0.3158	-0.2932	-	-0.3035
หม้าย	4.037	0.6253			-0.0123	0.0103	0.3035	-

ตารางที่ 4.26 สถานภาพ ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพที่ต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.27 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของศาสนา

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	พุทธ	คริสต์	อิสลาม	ไม่นับถือศาสนา
ศาสนา			7.183	0.000***				
พุทธ	3.961	0.7431			-	-0.6494*	-0.5594	-0.9061*
คริสต์	4.610	0.4701			0.6494*	-	0.0900	-0.2567
อิสลาม	4.520	0.6573			0.5594	-0.0900	-	-0.3467
ไม่นับถือศาสนา	4.867	0.2309			0.9061*	0.2567	0.3467	-

ตารางที่ 4.27 ศาสนา ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาพุทธจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่นับถือศาสนาคริสต์และไม่นับถือศาสนาใด ๆ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.6494 และ -0.9061 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่นับถือศาสนาคริสต์จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่นับถือศาสนาพุทธ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.6494

ส่วนกลุ่มที่ไม่นับถือศาสนาใดๆ จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่นับถือศาสนาพุทธ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.9061

ตารางที่ 4.28 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของระดับการศึกษา

ปัจจัยด้านประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่				
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	ไม่ได้เรียนหนังสือ	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญา	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
การศึกษา			4.335	0.005**					
ไม่ได้เรียนหนังสือ	-	-			-	-	-	-	-
ประถมศึกษา	4.050	0.5000			-	-	0.630	0.1300	-0.1169
มัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญา	3.678	1.0717			-	-0.3630	-	-0.2330	-0.4799*
ปริญญาตรี	3.920	0.7516			-	-0.1300	0.2330	-	-0.2469
สูงกว่าปริญญาตรี	4.021	0.6570			-	0.1169	0.4799*	0.2469*	-

ตารางที่ 4.28 การศึกษา ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญาจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่มีการศึกษาในระดับที่สูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.4799

ส่วนกลุ่มที่มีการศึกษาในระดับที่สูงกว่าปริญญาตรี จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญา และกลุ่มที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.4799 และ 0.2469 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.29 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่				
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	รับราชการ	เอกชน	รัฐวิสาหกิจ	ค้าขาย	ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว
อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)			1.769	0.135					
รับราชการ	4.081	0.6755			-	0.0586	0.7814*	0.1564	0.9094
เอกชน	4.023	0.7850			0.0586	-	0.7229*	0.0979	0.0318
รัฐวิสาหกิจ	3.300	0.1673			-0.7814*	-0.7229	-	-0.6250	-0.6910*
ค้าขาย	3.925	0.8522			-0.1564	-0.979	0.6250	-	-0.0660
ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	3.991	0.8183			-0.0904	-0.0318	0.6910*	0.0660	-

ตารางที่ 4.29 อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เคยประกอบอาชีพที่แตกต่างกัน หรืออาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อนที่แตกต่างกัน) จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เคยประกอบอาชีพรับราชการจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่เคยประกอบอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.7814

ส่วนกลุ่มที่เคยประกอบอาชีพพนักงานเอกชนจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่เคยประกอบอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.7229

ส่วนกลุ่มที่เคยประกอบอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่เคยประกอบอาชีพรับราชการและผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.7814 และ -0.6910 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่เคยประกอบอาชีพผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัวจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่เคยประกอบอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.6910

ตารางที่ 4.30 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ปัจจุบัน)

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	ไม่ได้ประกอบอาชีพ	ค้าขาย	ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	อื่นๆ
อาชีพ (ปัจจุบัน)			9.913	0.000***				
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	4.010	0.7337			-	-	0.4542*	-0.1556
ค้าขาย	-	-			-	-	-	-
ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	3.556	0.8804			-0.4542*	-	-	-0.6098*
อื่นๆ	4.165	0.6686			0.1556	-	0.6098*	-

ตารางที่ 4.30 อาชีพ (ปัจจุบัน) ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ประกอบอาชีพในปัจจุบันที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่ประกอบอาชีพธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.4542

ส่วนกลุ่มที่ปัจจุบันประกอบอาชีพเป็นผู้ประกอบอาชีพธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัวจะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากผู้ที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ และกลุ่มที่ประกอบอาชีพอื่นๆ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.4542 และ -0.6098 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่ปัจจุบันประกอบอาชีพอื่นๆ จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่ประกอบอาชีพธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.6098

ตารางที่ 4.31 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่					
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	น้อยกว่า 10,000 บาท	10,000 – 30,000 บาท	30,001 – 50,000 บาท	50,001 – 70,000 บาท	70,001 – 90,000 บาท	มากกว่า 90,000 บาท
รายได้รวมของ ครอบครัว ต่อเดือน			10.923	0.000***						
น้อยกว่า 10,000 บาท	3.950	1.1650			-	0.4768	0.0271	-0.1059	0.0167	-0.4786
10,000 – 30,000 บาท	3.473	0.8059			-0.4786	-	-0.4497*	-0.5827*	-0.4602*	-0.9554*
30,001 – 50,000 บาท	3.923	0.7011			-0.0271	0.4497*	-	-0.1330	-0.0104	-0.5057*
50,001 – 70,000 บาท	4.056	0.6961			0.1059	0.5827*	0.1330	-	0.1225	0.3737*
70,001 – 90,000 บาท	3.933	0.5691			-0.0167	0.4602*	0.0104	-0.1225	-	-0.4952*
มากกว่า 90,000 บาท	4.429	0.7473			0.4786	-0.9554*	0.5057*	0.3727*	0.4952*	-

ตารางที่ 4.31 รายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่รายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่ 10,000 – 30,000 บาท จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่ 30,001 – 50,000 บาท 50,001 – 70,000 บาท 70,001 – 90,000 บาท และ มากกว่า 90,000 บาท อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.4497 -0.5827 -0.4602 และ -0.9554 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือนที่ 30,001 – 50,000 จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่ 10,000 – 30,000 บาท และมากกว่า 90,000 บาท อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.4497 และ -0.5057

ส่วนกลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือนที่ 50,001 – 70,000 บาท จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่ 10,000 – 30,000 บาท และมากกว่า 90,000 บาท อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.5827 และ 0.3737

ส่วนกลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือนที่ 70,001 – 90,000 บาท จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่ 10,000 – 30,000 บาท และมากกว่า

90,000 บาท อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.4602 และ -0.4952 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือนที่มากกว่า 90,000 บาท จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างจากกลุ่มที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่ 10,000 – 30,000 บาท 30,001 – 50,000 50,001 – 70,000 บาท 70,001 – 90,000 บาท อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.9554 0.5057 0.3727 และ 0.4952 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.32 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่					
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	พักอาศัยคนเดียว	2 คน	3 – 5 คน	6 – 7 คน	8 – 9 คน	10 คนขึ้นไป
จำนวนสมาชิกในครอบครัว ที่พักอาศัยด้วยกัน			6.924	0.000***						
พักอาศัยคนเดียว	4.067	0.8801			-	-0.0093	0.2090	-0.2697	0.6581*	0.9333*
2 คน	4.076	0.5732			0.0093	-	0.2183*	-0.2604	-0.6491*	-0.9241*
3 – 5 คน	3.858	0.7897			-0.2090	-0.2183*	-	-0.4787*	-0.8673*	-1.1423*
6 – 7 คน	4.336	0.5965			0.2697	0.2604	0.4787*	-	-0.3886	-0.6636
8 – 9 คน	4.725	0.3000			0.6583*	0.6491*	0.8673*	0.3886	-	-0.2750
10 คนขึ้นไป	5.000	0.0000			0.9333*	0.9241*	1.1423*	0.6636	0.2750	-

ตารางที่ 4.32 จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน ผลการวิเคราะห์ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกันแตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่พักอาศัยคนเดียว จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกพักอาศัยด้วยกันที่ 8 – 9 และ 10 คนขึ้นไป อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.6581 และ 0.9333 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่พักอาศัยด้วยกัน 2 คน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกพักอาศัยด้วยกันที่ 3 – 5 คน 8 – 9 คน และ 10 คนขึ้นไป อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.2183 -0.6491 และ -0.9241

ส่วนกลุ่มที่พักอาศัยด้วยกัน 3 - 5 คน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกพักอาศัยด้วยกันที่ 2 คน 6 – 7 คน 8 – 9 คน และ 10 คนขึ้นไป อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.2183 -0.4787 -0.8673 และ -1.1423 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่พักอาศัยด้วยกัน 6 - 7 คน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกพักอาศัยด้วยกันที่ 3 – 5 คน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.4787

ส่วนกลุ่มที่พักอาศัยด้วยกัน 8 - 9 คน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่พักอาศัยคนเดียว ผู้จำนวนสมาชิกพักอาศัยด้วยกันที่ 2 คน และ 3 – 5 คน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.6583 0.6491 และ 0.8673 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่พักอาศัยด้วยกันจำนวน 10 คนขึ้นไป จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่พักอาศัยคนเดียว ผู้จำนวนสมาชิกพักอาศัยด้วยกันที่ 2 คน และ 3 – 5 คน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.9333 0.9241 และ 1.1423 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.33 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของลักษณะที่อยู่อาศัย

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความพึงพอใจในชีวิต				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	บ้านพักอาศัย	ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนท์	ที่พักอาศัย ของรัฐ	อื่นๆ
ลักษณะที่อยู่อาศัย			5.853	0.003**				
บ้านพักอาศัย	4.009	0.7336			-	-0.3358*	-	0.5090*
ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ท เมนท์	4.345	0.6609			0.3358*	-	-	0.8448*
ที่พักอาศัยของรัฐ	-	-			-	-	-	-
อื่นๆ	4.021	0.9400			-0.5090*	-0.8448*	-	-

ตารางที่ 4.33 ลักษณะที่อยู่อาศัย ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะที่พักอาศัยที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่วางไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่พักอาศัย ณ บ้านพักอาศัย จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่พักอาศัย ณ ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนท์ และที่พักอาศัยอื่นๆ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.3358 และ 0.5090 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่พักอาศัย ณ ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนท์ จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่พักอาศัย ณ บ้านพักอาศัย และที่พักอื่นๆ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.3358 และ 0.8448 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มที่พักอาศัยที่พักรื่นๆ จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกับกลุ่มที่พักอาศัย ณ บ้านพักอาศัย และ ณ ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนต์ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ -0.5090 และ -.8448 ตามลำดับ

1.2) ผู้สูงอายุที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่แตกต่างกัน

4.4.2 การวิเคราะห์สถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระกันเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของปัจจัยประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนา การศึกษา อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) อาชีพ (ปัจจุบัน) รายได้รวมของครอบครัว (บาท) / เดือน จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน และลักษณะที่อยู่อาศัย ต่อความสุข

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

ตารางที่ 4.34 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของเพศ

ปัจจัยด้านประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่		
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	ชาย	หญิง	อื่นๆ
เพศ			3.121	0.046			
ชาย	4.430	0.5841			-	-	-
หญิง	4.238	0.7608			-	-	-
อื่นๆ	5.000	-			-	-	-

ตารางที่ 4.34 เพศ ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศชายและเพศหญิง จะมีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนเพศอื่นๆ มีจำนวนน้อยและไม่สามารถทดสอบสมมติฐานได้

ตารางที่ 4.35 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอายุ

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่				
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	60 – 65 ปี	66 – 70 ปี	71 – 75 ปี	76 – 80 ปี	80 ปีขึ้นไป
อายุ			1.543	0.190					
60 – 65 ปี	4.316	0.6761			-	0.2209	0.1500	-0.4452	-0.6833
66 – 70 ปี	4.294	0.7363			-0.0220	-	0.1279	-0.4673	-0.7054
71 – 75 ปี	4.166	0.8338			-0.1500	-0.1279	-	-0.5952	-0.8333
76 – 80 ปี	4.761	0.3170			0.4452	0.4673	0.5952	-	-0.2380
80 ปีขึ้นไป	5.000	0.0000			0.6833	0.7054	0.8333	0.2380	-

ตารางที่ 4.35 อายุ ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.36 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของสถานภาพ

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	โสด	สมรส	หย่า	หม้าย
สถานภาพ			1.036	0.377				
โสด	4.295	0.6239			-	0.0008	0.1839	-0.1786
สมรส	4.294	0.7504			-0.008	-	0.1831	-0.1794
หย่า	4.111	0.7011			-0.1839	-0.1831	-	-0.3625
หม้าย	4.473	0.5934			0.1786	0.1794	0.3625	-

ตารางที่ 4.36 สถานภาพ ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.37 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของศาสนา

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	พุทธ	คริสต์	อิสลาม	ไม่นับถือศาสนา
ศาสนา			3.838	0.100				
พุทธ	4.267	0.7192			-	-0.4323	-0.3990	-0.7323
คริสต์	4.699	0.3884			0.4323	-	0.0333	-0.3000
อิสลาม	4.666	0.4714			0.3990	-0.0333	-	-0.3333
ไม่นับถือศาสนา	5.000	0.0000			0.7323	0.3000	0.3333	-

ตารางที่ 4.37 ศาสนา ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีนับถือศาสนาที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.38 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของระดับการศึกษา

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่				
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	ไม่ได้เรียนหนังสือ	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญา	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
การศึกษา			2.320	0.075					
ไม่ได้เรียนหนังสือ	-	-			-	-	-	-	-
ประถมศึกษา	4.416	0.4999			-	-	0.4311	0.1376	0.304
มัธยมศึกษา, ปวช., ปวส หรืออนุปริญญา	3.985	0.6997			-	-0.4311	-	-0.2935	-0.4006
ปริญญาตรี	4.279	0.7102			-	-0.1376	0.2935	-	-0.1071
สูงกว่าปริญญาตรี	4.386	0.7001			-	-0.0304	0.4006	0.1071	-

ตารางที่ 4.38 การศึกษา ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.39 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่				
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	รับราชการ	เอกชน	รัฐวิสาหกิจ	ค้าขาย	ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว
อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)			0.778	0.540					
รับราชการ	4.345	0.7055			-	0.0714	0.2341	0.2480	0.0467
เอกชน	4.338	0.6915			-0.0071	-	0.2269	0.2408	0.0395
รัฐวิสาหกิจ	4.111	0.4036			-0.2341	-0.2269	-	0.0138	-0.1873
ค้าขาย	4.097	0.8425			-0.2480	-24008	-0.0138	-	-0.2012
ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	4.298	0.6990			-0.0467	-0.0395	0.1873	0.2012	-

ตารางที่ 4.39 อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเคยประกอบอาชีพที่ต่างกัน จะมีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่ง ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.40 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของอาชีพ (ปัจจุบัน)

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	ไม่ได้ประกอบอาชีพ	ค้าขาย	ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	อื่นๆ
อาชีพ (ปัจจุบัน)			13.288	0.000*				
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	4.280	0.7265			-	-	0.4560*	-0.2002
ค้าขาย	-	-			-	-	-	-
ผู้ประกอบการธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว	3.824	0.8027			-0.4560	-	-	-0.6562
อื่นๆ	4.480	0.5829			0.2002*	-	0.6562*	-

ตารางที่ 4.40 อาชีพ (ปัจจุบัน) ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ประกอบอาชีพในปัจจุบันที่ต่างกัน จะมีความสุขที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่ง สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพจะมีความสุขแตกต่างจากกลุ่มที่ประกอบอาชีพธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.4560

ส่วนกลุ่มที่ปัจจุบันประกอบอาชีพอื่นๆ จะมีความสุขแตกต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้ประกอบอาชีพใด ๆ และกลุ่มที่ประกอบอาชีพธุรกิจ, ธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.2002 และ 0.6562 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.41 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่					
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	น้อยกว่า 10,000 บาท	10,000 – 30,000 บาท	30,001 – 50,000 บาท	50,001 – 70,000 บาท	70,001 – 90,000 บาท	มากกว่า 90,000 บาท
รายได้รวมของ ครอบครัวต่อเดือน			5.914	0.000***						
น้อยกว่า 10,000 บาท	4.416	0.9041			-	0.4247	0.2238	0.0882	0.2388	-0.2110
10,000 – 30,000 บาท	3.991	0.7870			-0.4247	-	-0.2009	-0.3365	-0.1859	-0.6358
30,001 – 50,000 บาท	4.192	0.7234			-0.2238	0.2009	-	-0.1356	0.0149	0.4349
50,001 – 70,000 บาท	4.328	0.7694			-0.0882	0.3365*	0.1356	-	0.1506	-0.2992
70,001 – 90,000 บาท	4.177	0.5377			-0.2388	0.1859	-0.0149	-0.1506	-	-0.4499
มากกว่า 90,000 บาท	4.627	0.4865			0.2110	0.6358*	0.4349*	0.2992*	0.4499*	-

ตารางที่ 4.41 รายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือนที่ 50,001 – 70,000 บาท จะมีความสุขแตกต่างจากกลุ่มที่มีรายได้ 10,000 – 30,000 บาท อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.3365

ส่วนกลุ่มที่มีรายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน มากกว่า 90,000 บาท จะมีความสุขแตกต่างจากกลุ่มที่มีรายได้ 10,000 – 30,000 บาท 30,001 – 50,000 บาท 50,001 – 70,000 บาท และ 70,001 – 90,000 บาท อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.6358 0.4349 0.2992 และ 0.4499 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.42 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่					
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	พักอาศัยคนเดียว	2 คน	3 – 5 คน	6 – 7 คน	8 – 9 คน	10 คนขึ้นไป
จำนวนสมาชิกในครอบครัว ที่พักอาศัยด้วยกัน			4.452	0.001***						
พักอาศัยคนเดียว	4.416	0.4939			-	0.0242	0.2469	-0.0378	-0.4999	-0.1388
2 คน	4.392	0.6995			-0.0242	-	0.2226*	-0.0621	0.5242	-0.1631
3 – 5 คน	4.169	0.7511			-0.2469	-0.2226	-	-0.2848	-0.7469	-0.3858
6 – 7 คน	4.545	0.5398			0.0378	0.0621	0.2848	-	-0.4621	-0.1010
8 – 9 คน	4.916	0.2581			0.4999*	0.5242	0.7469	0.4621*	-	0.3611
10 คนขึ้นไป	4.555	0.3849			0.1388	0.1631	0.3858	0.1010	-0.3611	-

ตารางที่ 4.42 จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน ผลการวิเคราะห์ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกันที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ (pair-wise analysis) พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน 2 คนจะมีความสุขแตกต่างจากกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกันที่ 3 – 5 คน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.226

ส่วนกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน 8 – 9 คน จะมีความสุขแตกต่างจากกลุ่มที่พักอาศัยคนเดียว และกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน 6 – 7 คน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีผลต่างของค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.4999 และ 0.4621 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.43 ตารางแสดงข้อมูลสถิติทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของลักษณะที่อยู่อาศัย

ปัจจัยด้าน ประชากรศาสตร์	ความสุข				การเปรียบเทียบรายคู่			
	\bar{X}	S.D.	F	p-value	บ้านพักอาศัย	ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนท์	ที่พักอาศัย ของรัฐ	อื่นๆ
ลักษณะที่อยู่อาศัย			1.424	0.242				
บ้านพักอาศัย	4.294	0.6929			-	-0.2112	-	0.1278
ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ท เมนท์	4.505	0.7999			0.2112	-	-	0.3339
ที่พักอาศัยของรัฐ	-	-			-	-	-	-
อื่นๆ	4.166	0.7719			-0.1278	-0.3390	-	-

ตารางที่ 4.43 ลักษณะที่อยู่อาศัย ผลการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะที่อยู่อาศัยที่แตกต่างกัน จะมีความสุขที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 2

2.1) ปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม ความรู้ลึกเปรียบเทียบทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

ตารางที่ 4.44 ตารางแสดงข้อมูลปัจจัยที่ส่งผลต่อมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	โมเดล			
	β	SE	t	p-value
ความสัมพันธ์กับบุคคล ใกล้ชิด	0.027	1.632	0.596	0.552
ความเชื่อและศรัทธา	0.060	1.364	1.430	0.154
สุขภาพ	0.067	1.477	1.544	0.124
เศรษฐกิจ	0.348***	1.713	7.391	0.000
สัมพันธภาพทางสังคม	0.033	2.836	0.546	0.585
การสนับสนุนทางสังคม	0.222***	1.685	4.753	0.000

ตารางที่ 4.44 ตารางแสดงข้อมูลปัจจัยที่ส่งผลต่อมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ (ต่อ)

ตัวแปร	โมเดล			
	β	SE	t	p-value
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	0.295***	2.180	5.565	0.000
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์	-0.057	1.078	-1.525	0.128
adjusted R ²	0.605			

ตารางที่ 4.44 ผลการวิเคราะห์ พบว่า เศรษฐกิจ ($\beta = 0.348, p \leq 0.001$) การสนับสนุนทางสังคม ($\beta = 0.222, p \leq 0.001$) และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ($\beta = 0.295, p \leq 0.001$) มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ

ทั้งนี้ ปัจจัยด้าน เศรษฐกิจ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม สามารถอธิบายความแปรผันของความพึงพอใจในชีวิตในชีวิต ได้ร้อยละ 60.50 (adjusted R²= 0.605)

2.2) ปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

ตารางที่ 4.45 ตารางแสดงข้อมูลปัจจัยที่ส่งผลต่อมีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	โมเดล			
	β	SE	t	p-value
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	-0.070	1.632	-1.518	0.130
ความเชื่อและศรัทธา	0.035	1.364	0.836	0.404
สุขภาพ	0.095*	1.477	2.180	0.030
เศรษฐกิจ	0.172***	1.713	3.660	0.000
สัมพันธภาพทางสังคม	-0.058	2.836	-0.965	0.335
การสนับสนุนทางสังคม	0.180***	1.685	3.852	0.000

ตารางที่ 4.45 ตารางแสดงข้อมูลปัจจัยที่ส่งผลต่อมีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ (ต่อ)

ตัวแปร	โมเดล			
	β	SE	t	p-value
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	0.591***	2.180	11.147	0.000
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์	-0.020	1.078	-0.537	0.592
adjusted R ²			0.605	

ตารางที่ 4.45 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ปัจจัยด้านสุขภาพ ($\beta = 0.095, p \leq 0.05$) เศรษฐกิจ ($\beta = 0.172, p \leq 0.001$) การสนับสนุนทางสังคม ($\beta = 0.180, p \leq 0.001$) และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ($\beta = 0.591, p \leq 0.001$) มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ

ทั้งนี้ ปัจจัยด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม สามารถอธิบายความแปรผันของความสุขในชีวิต ได้ร้อยละ 60.50 (adjusted R² = 0.605)

สมมติฐานที่ 3

3.1) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

ตารางที่ 4.46 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19

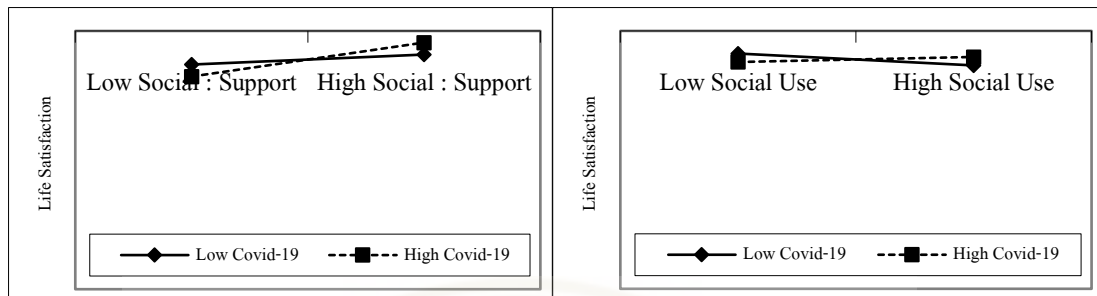
ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
constant	-0.554	0.282		-1.967	0.500
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	0.800	0.059	0.062	1.348	0.179
ความเชื่อและศรัทธา	0.021	0.052	0.018	0.407	0.685
สุขภาพ	0.093	0.044	0.091*	2.122	0.035
เศรษฐกิจ	0.317	0.045	0.331***	7.069	0.000
สัมพันธภาพทางสังคม	0.049	0.066	0.044	0.737	0.462

ตารางที่ 4.46 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์ โควิด-19 (ต่อ)

ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
การสนับสนุนทางสังคม	0.213	0.044	0.223***	4.864	0.000
ความรู้สึกรับรู้เปรียบเทียบกับทางสังคม	0.375	0.074	0.368***	5.086	0.000
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์	-0.033	0.032	-0.039	-1.051	0.294
การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.000	0.031	-0.001	-0.013	0.989
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.093	0.060	0.075	1.552	1.220
ความเชื่อและศรัทธา*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	-0.065	0.068	-0.048	-0.956	0.340
สุขภาพ*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	-0.052	0.043	-0.054	-1.209	0.228
เศรษฐกิจ*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	-0.070	0.049	-0.069	-1.433	0.153
สัมพันธภาพทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.062	0.068	0.053	0.912	0.462
การสนับสนุนทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.116	0.048	0.113*	2.406	0.017
ความรู้สึกรับรู้เปรียบเทียบกับทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	-0.084	0.076	-0.056	-1.110	0.268
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.082	0.032	0.099*	2.569	0.011
adjusted R ²				0.639	

ตารางที่ 4.46 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ปัจจัยด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกรับรู้เปรียบเทียบกับทางสังคม สามารถอธิบายความแปรผันของความพึงพอใจในชีวิต

ของผู้สูงอายุ โดยมีการรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ ได้ร้อยละ 63.90 (adjusted R²= 0.639)



ภาพที่ 4.1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยการสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิต โดยมีการรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ

การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 จะทำให้ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม ($\beta = 0.113, p \leq 0.05$) และการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ สังคม ($\beta = 0.099, p \leq 0.05$) มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมากขึ้น

3.2) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

ตารางที่ 4.47 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19

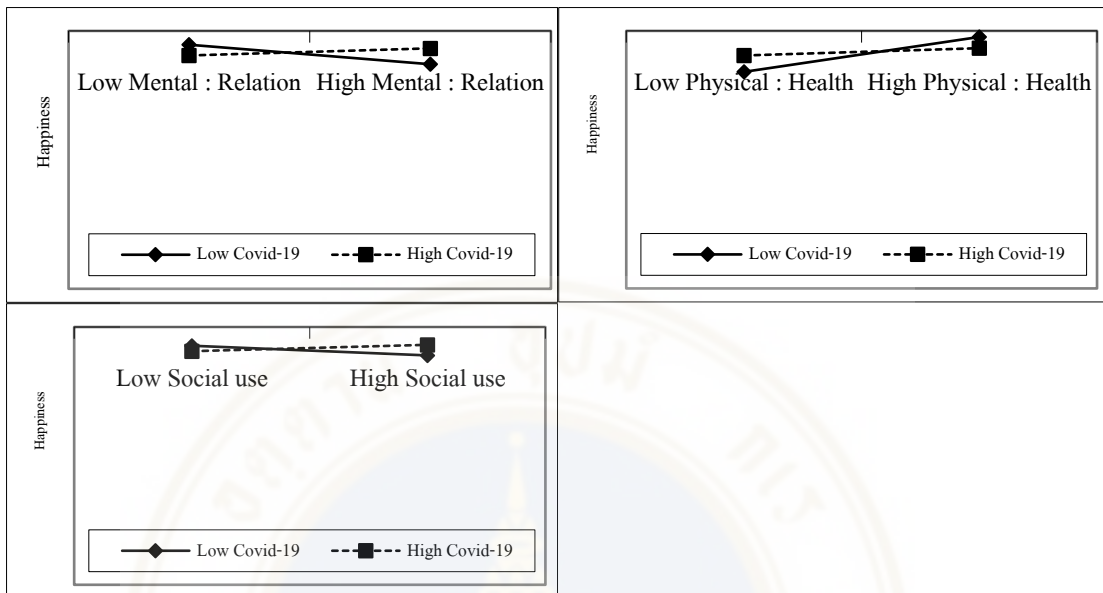
ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
constant	-0.432	0.266		-1.624	0.105
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	-0.060	0.056	-0.050	-1.082	0.280
ความเชื่อและศรัทธา	0.022	0.049	0.020	0.452	0.652
สุขภาพ	0.205	0.041	0.109*	2.542	0.012
เศรษฐกิจ	0.142	0.042	0.157***	3.362	0.001
สัมพันธภาพทางสังคม	-0.056	0.063	-0.053	-0.888	0.375
การสนับสนุนทางสังคม	0.147	0.041	0.162***	3.544	0.000

ตารางที่ 4.47 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 (ต่อ)

ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	0.801	0.070	0.605***	11.505	0.000
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์	-0.016	0.030	-0.019	-0.516	0.606
การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.025	0.029	0.035	0.853	0.394
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.129	0.057	0.110*	2.277	0.024
ความเชื่อและศรัทธา*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.039	0.064	0.030	0.607	0.545
สุขภาพ*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	-0.134	0.041	-0.145***	-3.270	0.001
เศรษฐกิจ*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.056	0.046	0.057	1.201	0.321
สัมพันธ์ทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	-0.080	0.064	-0.073	-1.251	0.212
การสนับสนุนทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.054	0.046	0.055	1.175	0.241
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	-0.125	0.072	-0.088	-1.752	0.081
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์*การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19	0.078	0.030	0.100**	2.595	0.010
adjusted R ²	0.640				

ตารางที่ 4.47 ผลการวิเคราะห์ พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม สามารถอธิบายความ

แปรผันของการรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ ได้ร้อยละ 64.00 (adjusted R² = 0.640)



ภาพที่ 4.2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด สุขภาพ และพฤติกรรม และวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความทุกข์ โดยมีปัจจัยการรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ

การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 จะทำให้ปัจจัยด้านความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ($\beta = 0.110, p \leq 0.05$) และพฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ($\beta = 0.100, p \leq 0.010$) มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมากขึ้น แต่ปัจจัยด้านสุขภาพ ($\beta = -0.145, p \leq 0.001$) จะมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุลดลง

3.3) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

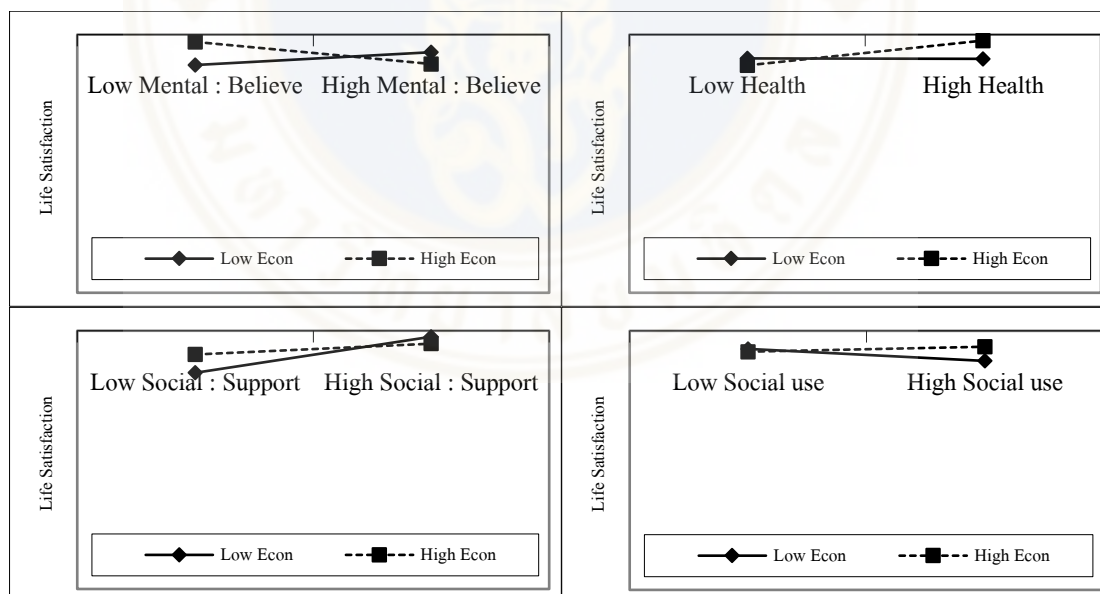
ตารางที่ 4.48 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์ เศรษฐกิจภายนอก

ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
constant	-0.410	0.266		-1.624	0.105
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	0.074	0.056	-0.050	-1.082	0.280
ความเชื่อและศรัทธา	-0.045	0.049	0.020	0.452	0.652
สุขภาพ	0.118	0.041	0.109*	2.542	0.012
เศรษฐกิจ	0.312	0.042	0.157***	3.362	0.001
สัมพันธภาพทางสังคม	0.007	0.063	-0.053	-0.888	0.375
การสนับสนุนทางสังคม	0.227	0.041	0.162***	3.544	0.000
ความรู้สึกละเอียดพิถีพิถันทางสังคม	0.431	0.070	0.605***	11.505	0.000
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์	-0.034	0.030	-0.019	-0.516	0.606
การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.055	0.029	0.035	0.853	0.394
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	-0.099	0.057	0.110*	2.277	0.024
ความเชื่อและศรัทธา*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	-0.169	0.064	0.030	0.607	0.545
สุขภาพ*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.122	0.041	-0.145***	-3.270	0.001
เศรษฐกิจ*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.038	0.046	0.057	1.201	0.321
สัมพันธภาพทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.104	0.064	-0.073	-1.251	0.212
การสนับสนุนทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	-0.122	0.046	0.055	1.175	0.241

ตารางที่ 4.48 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก (ต่อ)

ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.058	0.072	-0.088	-1.752	0.081
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.082	0.030	0.100**	2.595	0.010
adjusted R2	0.630				

ตารางที่ 4.48 ผลการวิเคราะห์ พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม สามารถอธิบายความแปรผันของการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับได้ร้อยละ 63.00 adjusted R2= 0.630)



ภาพที่ 4.3 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคมที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิต โดยมีปัจจัยการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับ

การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก จะทำให้ปัจจัยด้านสุขภาพ ($\beta = 0.115, p \leq 0.01$) และพฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ($\beta = 0.105, p \leq 0.01$) มี

อิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมากขึ้น แต่ความเชื่อและศรัทธา ($\beta = -0.134, p \leq 0.01$) และการสนับสนุนทางสังคม ($\beta = -0.133, p \leq 0.01$) อิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุลดลง

3.4) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ความเชื่อและศรัทธา สุขภาพ เศรษฐกิจ สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

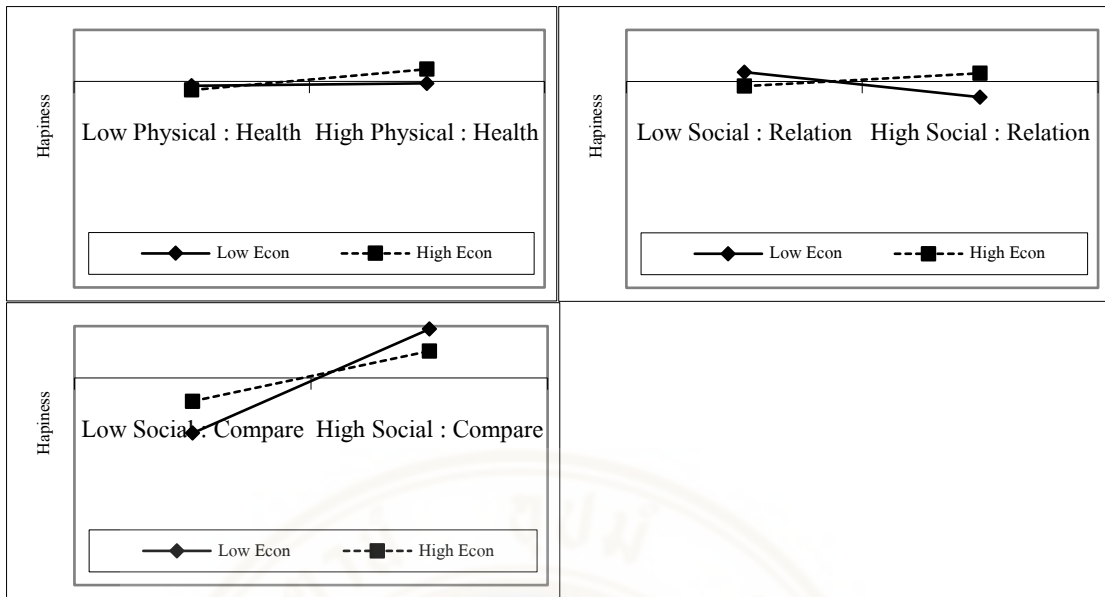
ตารางที่ 4.49 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก

ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
constant	-0.013	0.266		-1.624	0.105
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด	-0.099	0.056	-0.050	-1.082	0.280
ความเชื่อและศรัทธา	0.043	0.049	0.020	0.452	0.652
สุขภาพ	0.113	0.041	0.109*	2.542	0.012
เศรษฐกิจ	0.139	0.042	0.157***	3.362	0.001
สัมพันธภาพทางสังคม	-0.059	0.063	-0.053	-0.888	0.375
การสนับสนุนทางสังคม	0.146	0.041	0.162***	3.544	0.000
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	0.744	0.070	0.605***	11.505	0.000
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์	-0.007	0.030	-0.019	-0.516	0.606
การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.048	0.029	0.035	0.853	0.394
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	-0.106	0.057	0.110*	2.277	0.024
ความเชื่อและศรัทธา*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.015	0.064	0.030	0.607	0.545

ตารางที่ 4.49 ตารางแสดงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เมื่อรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก (ต่อ)

ตัวแปร	โมเดล				
	unstandardized beta	SE	β	t	p-value
สุขภาพ * การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.089	0.041	-0.145***	-3.270	0.001
เศรษฐกิจ * การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.023	0.046	0.057	1.201	0.321
สัมพันธภาพทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.184	0.064	-0.073	-1.251	0.212
การสนับสนุนทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	-0.082	0.046	0.055	1.175	0.241
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	-0.260	0.072	-0.088	-1.752	0.081
การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์*การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก	0.014	0.030	0.100**	2.595	0.010
adjusted R2	6.21				

ตารางที่ 4.49 ผลการวิเคราะห์ พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม สามารถอธิบายความแปรผันของการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับ ได้ร้อยละ 62.10 adjusted R2= 0.621)



ภาพที่ 4.4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสุขภาพ ความสัมพันธ์ทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุข โดยมีปัจจัยการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก เป็นตัวแปรกำกับ

การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก จะทำให้ปัจจัยด้านสุขภาพ ($\beta = 0.089, p \leq 0.05$) และความสัมพันธ์ทางสังคม ($\beta = 0.159, p \leq 0.01$) มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุมากขึ้นแต่ปัจจัยความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม ($\beta = -0.175, p \leq 0.001$) จะมีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุลดลง

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง การศึกษาอิทธิพลของการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาตามวัตถุประสงค์ต่อไปนี้

- 1) เพื่อศึกษาปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกัน ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ
- 2) เพื่อศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ
- 3) เพื่อศึกษาอิทธิพลระหว่างปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

โดยการศึกษาครั้งนี้ได้มีการสรุปผลในหัวข้อต่างๆ พร้อมข้อเสนอแนะ เพื่อสามารถนำผลการวิจัยนี้ไปปรับใช้ในการวางแผนกลยุทธ์ในด้านการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ รวมทั้งอิทธิพลความเป็นอยู่ที่ดีทางด้านร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคมของผู้สูงอายุ ที่ส่งผลต่อความพึงพอใจและความสุขของผู้สูงอายุ

5.1 สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้ ได้ศึกษาถึงอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ โดยพิจารณาจากตัวแปรต้น ซึ่งเป็นปัจจัยทางด้านประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนา การศึกษา อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน) อาชีพ (ปัจจุบัน) รายได้รวมของครอบครัว / เดือน จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พัวอาศัยด้วยกัน และลักษณะที่อยู่อาศัย ปัจจัยทางด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ได้แก่ สุขภาพ และเศรษฐกิจ ปัจจัยทางด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ได้แก่ ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธา ปัจจัยทางด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ได้แก่ สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม และ การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ โดยมีตัวแปรกำกับ คือ การรับรู้สถานการณ์โควิด-19 และการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจของผู้สูงอายุ ว่าส่งผลต่อตัวแปรตาม คือ ความพึงพอใจและความสุขของ

ผู้สูงอายุ หรือไม่ โดยมีการเก็บข้อมูลผ่านแบบสอบถามทั้งออนไลน์และออฟไลน์ โดยคัดกรองข้อมูลเฉพาะผู้ตอบแบบสอบถามที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและหญิง โดยได้ข้อมูลจากผู้ตอบแบบสอบถามรวม 307 คน จากนั้นจึงมีการทดสอบทางสถิติโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ซึ่งมีการทดสอบความน่าเชื่อถือของแบบสอบถาม รวมถึงการทดสอบสมมติฐาน โดยการใช้สถิติทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม (t-test, One – way ANOVA) และสถิติความถดถอยเชิงพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) จากผลการศึกษาวิจัยข้างต้น สามารถสรุปผลและนำเสนอแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมาอภิปราย เพื่อนำไปใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนและปรับเปลี่ยนกลยุทธ์เพื่อตอบสนองต่อผู้สูงอายุ ได้ดังต่อไปนี้

5.1.1 การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง

1. เพศ

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีเพศแตกต่างกันจะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. อายุ

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีช่วงอายุแตกต่างกันจะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. สถานภาพ

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสถานภาพแตกต่างกันจะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. ศาสนา

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่นับถือศาสนาแตกต่างกันจะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มที่ไม่นับถือศาสนาใดๆ จะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขสูงสุด

5. การศึกษา

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีการระดับศึกษาแตกต่างกันจะมีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงสุด แต่กลุ่มผู้สูงอายุที่ระดับการศึกษาแตกต่างกันจะความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

6. อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

7. อาชีพ (ปัจจุบัน)

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่ปัจจุบันประกอบอาชีพที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มที่ประกอบอาชีพอื่นๆ (เช่น ที่ปรึกษา เกษตรกร) จะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขสูงที่สุด

8. รายได้รวมของครอบครัว / เดือน

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีรายได้รวมของครอบครัวที่แตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มที่มีรายได้รวมของครอบครัวมากกว่า 90,000 บาทต่อเดือน จะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขสูงที่สุด

9. จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกันแตกต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มที่พักอาศัยตั้งแต่ 10 คนขึ้นไป จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงที่สุด และกลุ่มที่พักอาศัย 8 – 9 คน จะมีความสุขสูงที่สุด

10. ลักษณะที่อยู่อาศัย

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่พักอาศัยในลักษณะที่แตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มที่พักอาศัยในลักษณะห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนต์ จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงที่สุด แต่กลุ่มผู้สูงอายุที่พักอาศัยในลักษณะที่ต่างกัน มีความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5.1.2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

จากผลการวิจัย พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์ในการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์สูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ใช้เพื่อติดตามข้อมูลข่าวสาร ใช้เพื่อพูดคุยกับเพื่อนปัจจุบันและเพื่อนเก่า และใช้เพื่อความบันเทิง ตามลำดับ สำหรับสาเหตุหรือเหตุผลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ พบว่า เหตุผลในการเลือกใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ เพราะสามารถโต้ตอบสื่อสารกันอย่างอิสระไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน เวลาใด และ เลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ เพราะประหยัดค่าใช้จ่าย พฤติกรรมการใช้งานของผู้สูงอายุใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ พบว่า ผู้สูงอายุ

ใช้งานวันละ 1 – 3 ชั่วโมง และเข้าใช้งานวันละ 4 – 6 ครั้ง สำหรับโปรแกรม แอปพลิเคชัน หรือ เครื่องมือที่ผู้สูงอายุนิยมใช้งานมากที่สุด คือ Line (ไลน์) ตามมาด้วย Facebook (เฟซบุ๊ก) ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกันตพล บันทัดทอง (2557) ว่าด้วยผู้สูงอายุมีแรงจูงใจสูงที่จะใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในการติดต่อสื่อสารและแรงจูงใจที่เกี่ยวข้องกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ ได้แก่ การช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในการติดต่อสื่อสาร การสามารถโต้ตอบสื่อสารกันอย่างอิสระไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนและเวลาใด และผู้สูงอายุมีเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่นิยมใช้ ได้แก่ Facebook, Twitter และ Line แต่ไม่พบอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

ถึงการศึกษาครั้งนี้จะไม่พบอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุก็ตาม แต่ผู้วิจัยได้พบว่า พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุนั้น นิยมเลือกใช้เครือข่ายไลน์ (Line) มากที่สุด และมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เพื่อติดตามข้อมูลข่าวสาร ใช้เพื่อพูดคุยกับเพื่อนปัจจุบันและเพื่อนเก่า และใช้เพื่อความบันเทิง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวรรณพร อินทมุสิก (2559) ได้ศึกษาพฤติกรรมการใช้ และผลที่ได้รับต่อชีวิตและจิตใจจากแอปพลิเคชันไลน์ ของกลุ่มผู้สูงอายุสมาคมบ้านปันรัก พบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจจากการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ โดยให้ความพึงพอใจต่อ การได้รับข้อมูลข่าวสารที่มีสาระและความบันเทิง ความต้องการติดต่อสื่อสารกับเพื่อนฝูง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Katz (1973) กล่าวว่าทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ เน้นและให้ความสำคัญกับผู้รับสารในฐานะที่เป็นผู้เลือกใช้สื่อประเภทต่างๆ เพื่อสนองต่อความต้องการของตนเอง ซึ่งประกอบด้วยความต้องการ 5 รูปแบบ คือ

- 1) ความต้องการที่จะรู้
- 2) ความต้องการด้านอารมณ์
- 3) ความต้องการที่จะไม่แปลกแยก
- 4) ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และ
- 5) ความต้องการที่จะปลดปล่อยตัวเองจากความตึงเครียด

กล่าวคือ ความพึงพอใจจากการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุนั้น เกิดจากการตอบสนองความต้องการ 5 ข้อดังที่กล่าวมานั่นเอง

5.1.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลระหว่างปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคมมีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

1. ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical Social Well-Being)

ตารางที่ 5.1 พบว่าปัจจัยด้านเศรษฐกิจ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และปัจจัยด้านร่างกายและเศรษฐกิจมีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ

	ความพึงพอใจในชีวิต	ความสุข
ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย		
ร่างกาย		X
เศรษฐกิจ	X	X

ตัวแปรในปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกายที่ส่งอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ คือ ด้านเศรษฐกิจ เนื่องจากผู้สูงอายุต้องคิดถึงสถานภาพทางการเงินอยู่เสมอเพื่อความเป็นอยู่และการดำรงชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับเขมิกา ยามะรัต (2527) พบว่าความเพียงพอของรายได้ ซึ่งเป็นตัวแปรด้านเศรษฐกิจ ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุและการศึกษาของรุ่งทิพย์ แพงใจ (2542) ได้ศึกษาการสนับสนุนจากกลุ่มสมรสกับความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุ พบว่ารายได้เป็นปัจจัยพื้นฐานทางเศรษฐกิจที่สำคัญต่อการใช้ชีวิต ผู้ที่มีรายได้สูงมีโอกาสที่จะหาความสุขหรือได้รับการตอบสนองต่อความต้องการในด้านต่างๆ ได้อย่างสะดวก ส่วนผู้ที่มีรายได้ต่ำจะประเมินความพึงพอใจในชีวิตและความสุขต่ำไปด้วย เนื่องจากไม่สามารถตอบสนองต่อความต้องการของตนเองให้มีความสะดวกสบายและมีความสุขได้ ดังนั้นผู้ที่มีรายได้สูงจึงมีคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีมากกว่าผู้ที่มีรายได้ต่ำ สอดคล้องกับการศึกษาของ Gray (1992) พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตได้รับอิทธิพลจากรายได้ที่สามารถหาได้ (รัตนา สนิธิรภาพ, 2542)

ตัวแปรในปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกายที่ส่งอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ คือ ด้านร่างกาย บุคคลเมื่ออายุมากขึ้นมักจะมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ กล่าวคือ สุขภาพจะทรุดโทรม มีโอกาสเกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ง่าย Plamore (1975) กล่าวว่า บุคคลที่มีสุขภาพไม่ดีเชิงวัตถุวิสัยอาจมีความพึงพอใจสูง ถ้าเขาเชื่อว่าสุขภาพของเขาดี และในทำนองเดียวกันบุคคลที่มีสุขภาพดีอาจมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำ ถ้าเขาเชื่อว่าสุขภาพของเขาไม่ดี ดังนั้นสุขภาพจึงเป็นตัวทำนายความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเบญจมาศ นาควิจิตร (2551) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองและความสุขของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุของโรงพยาบาลสังกัดสำนักการแพทย์กรุงเทพมหานคร พบว่าความเชื่อเกี่ยวกับการดูแล

สุขภาพของตนเองมีสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับพัฒนาพร กิตติวิบูลย์ (2543) พบว่าการให้ความสำคัญกับสุขภาพของผู้สูงอายุ ทำให้สามารถใช้ชีวิตได้ โดยมีความรู้ทางการดูแลสุขภาพของตนเอง และสอดคล้องกับสิริพร สุทธิญา (2550) ซึ่งพบว่า ความพอใจต่อรายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขและความพึงพอใจในชีวิต

2. ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental Well-Being)

ตารางที่ 5.2 พบว่าปัจจัยด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ไม่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

	ความพึงพอใจในชีวิต	ความสุข
ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ		
ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด		
ความเชื่อและศรัทธา		

ตัวแปรในปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ทั้งความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธาไม่ส่งอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุในปัจจุบันพักอาศัยเป็นครอบครัวเล็ก เช่น อยู่คนเดียว อยู่คู่กันระหว่างสามีและภรรยา หรือสมาชิกในครอบครัว เช่น บุตรและธิดา ได้ออกไปสร้างครอบครัว หรือย้ายไปพักอาศัยข้างนอก ทำให้ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิดไม่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ภรณ์ เกตทินทะ (2542) ได้ศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบ้านพักผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีความพึงพอใจในเรื่องสัมพันธ์ภาพกับลูกหลาน และปัจจัยด้านความเชื่อและศรัทธา สอดคล้องกับผลการศึกษาของสาธิตา เดโชนันท์กุล (2554) ได้ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ปัจจัยด้านความเชื่อและศรัทธาทางศาสนา ไม่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเช่นกัน

3. ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social Well-Being)

ตารางที่ 5.3 พบว่าปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

	ความพึงพอใจในชีวิต	ความสุข
ปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม		
สัมพันธภาพทางสังคม		
การสนับสนุนทางสังคม	X	X
ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม	X	X

ตัวแปรในปัจจัยความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ที่ส่งอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ คือ การสนับสนุนทางสังคม การมีโอกาสได้ช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคม หรือสร้างประโยชน์ให้แก่สังคม เช่น การดำรงตำแหน่งเป็นที่ปรึกษา การนำความรู้ ความสามารถที่มีถ่ายทอดให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนร่วม เป็นปัจจัยที่สร้างความพึงพอใจในชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ที่มีโอกาสได้เป็นที่ปรึกษาให้แก่สมาคมด้านศิลปะการต่อสู้แห่งหนึ่ง ซึ่งมีส่วนผลักดันให้สมาคมฯ ได้กำหนดมาตรฐานสำหรับศิลปะการต่อสู้มวยไทย เพื่อวางรากฐานสู่สากลในอนาคตได้ ท่านทำให้ได้รับรู้ถึงคุณค่าในตนเอง เกิดความรู้สึกมั่นคง และรู้ว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของความสำเร็จของสมาคมฯ ดังนั้นแรงสนับสนุนทางสังคมจึงมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ ช่วยให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองทั้งทางจิตใจ อารมณ์และสังคม ได้อย่างครอบคลุม เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Marshall (1975) ซึ่งศึกษาความสุขและการมีส่วนร่วมในสังคมของผู้สูงอายุ ได้พบว่า ถ้าผู้สูงอายุใช้เวลาไปกับกิจกรรมมากจะมีความสุขมาก ความสุขของผู้สูงอายุจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกิจกรรมทางสังคม เช่น การไปเยี่ยมเยียนเพื่อนฝูงญาติ และเพื่อนบ้าน รวมทั้งสมาชิกในสังคมการทำงาน การมีกิจกรรมที่ได้พบปะกับบุคคลอื่น และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม เมื่อเกิดการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ซึ่งบุคคลจะมีความพึงพอใจกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อยู่ที่ตนเองมองสภาพนั้นว่าเป็นอย่างไร (เขมิกา ยามะรัต, 2527) เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มอ้างอิง หรือบุคคลอื่นที่มีความสำคัญต่อตนเอง แนวความคิดเกี่ยวกับการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น เป็นตัวแปรที่คาดเดาว่าจะมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุที่รู้สึกว่าชีวิตตนเองเหมือนกับชีวิตของผู้อื่น หรือผู้อื่นที่นำมาเปรียบเทียบ มีแนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง ในทางตรงกันข้ามหากผู้สูงอายุคิดว่าสภาพของตนเองด้อยกว่าสภาพของผู้อื่น ก็น่าจะมีแนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Schwartz (2002) ซึ่งได้ศึกษาการเปรียบเทียบทางสังคม และการปรับตัวของผู้สูงอายุ พบว่า

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รู้สึกว่าคุณมีฐานะเท่ากัน หรือดีกว่าบุคคลอื่นที่มีอายุเท่ากัน โดยการเปรียบเทียบได้คำนึงถึง สุขภาพ รายได้ การปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) และการเคลื่อนไหวทางร่างกาย (สาธิตา เดโชนันท์กุล, 2554) นอกจากนี้ยังพบว่าเมื่อผู้สูงอายุได้เปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นแล้ว มีแนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง ส่วนผู้สูงอายุที่มีทัศนคติต่อตนเองที่ไม่ดี หรือด้อยค่าสภาพของตนเอง จะมีความพึงพอใจในชีวิตลดลง ส่งผลให้ไม่มีความสุข

ผู้วิจัยพบว่า ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ในปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิดไม่ส่งอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่งขัดแย้งกับหลายงานวิจัยที่ได้ทำการศึกษาก่อนหน้านี้ อาจเป็นเพราะความทับซ้อนหรือคล้ายกันของตัวแปร จากงานวิจัยนี้พบว่า ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ในปัจจัยการสนับสนุนทางสังคม เนื่องจากพบชุดคำถามที่ความคล้ายคลึงกัน เช่น ข้าพเจ้าสามารถพึ่งพาบุคคลรอบข้างได้ในยามเดือดร้อน และข้าพเจ้าพึงพอใจที่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนในสังคม หรือ ข้าพเจ้าเป็นที่ยอมรับของคนในครอบครัว ข้าพเจ้าสามารถเข้าร่วมกับเพื่อน และคนในสังคมได้

และในปัจจัยด้านสุขภาพส่งอิทธิพลต่อความสุข แต่กลับไม่ส่งอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิต ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ผู้สูงอายุอาจจะไม่พึงพอใจต่อสุขภาพของตนเอง ที่ความเสื่อมถอยตามกาลเวลา ไม่แข็งแรงหรือคล่องแคล่วเหมือนในอดีต แต่ก็ยังมีความสุขที่ไม่มีโรคภัยที่ทำให้เจ็บปวด หรือสามารถใช้งานอวัยวะของตนเองได้ตามสภาพที่มี

5.1.4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ โดยมีการรับรู้สถานการณ์โควิด-19 เป็นตัวแปรกำกับ

เมื่อพิจารณาตัวแปรกำกับ คือ การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 จะส่งผลต่อขนาดและทิศทางของอิทธิพลระหว่างตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ได้แก่ ร่างกาย และเศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ได้แก่ ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธา และความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ได้แก่ สัมพันธภาพทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม และตัวแปรตาม ซึ่งประกอบด้วย ความพึงพอใจในชีวิตและความสุข พบว่า

1) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 จะทำให้ปัจจัยการสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น กล่าวคือ เมื่อผู้สูงอายุรับรู้ถึงสถานการณ์โควิด-19 ที่เกิดขึ้น ผู้สูงอายุจะได้รับการดูแล เช่น ได้รับการสื่อสาร และกระตุ้นให้ทำกิจกรรมต่างๆ เมื่อได้รับความเดือดร้อนก็

ได้รับความช่วยเหลือทั้งจากรัฐและเอกชน ซึ่งสิ่งเหล่านี้สร้างความสบายใจให้แก่ผู้สูงอายุ ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตนั่นเอง

2) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 จะทำให้ปัจจัยด้านพฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขมากขึ้น กล่าวคือ เมื่อสถานะของสังคมมีมาตรการเว้นระยะห่างจากสถานการณ์โควิด-19 ที่เกิดขึ้น ส่งผลให้ผู้สูงอายุ มีการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์มากขึ้น เพราะ ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่สามารถพบเจอกันได้ เช่น การรับประทานอาหารร่วมกัน การออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมในชมรมร่วมกัน ทำให้ผู้สูงอายุเลือกที่จะใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ในการติดต่อแทน การติดต่อและการติดตามระหว่างกัน ได้รับรู้ความเคลื่อนไหวของเพื่อนหรือคนในครอบครัวผ่านทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ ได้สร้างทั้งความพึงพอใจในชีวิตและความสุขได้เช่นกัน

3) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 จะทำให้ปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิดมีอิทธิพลต่อความสุขมากขึ้น กล่าวคือ เมื่อเกิดสถานการณ์โควิด-19 ทำให้ประชาชนต้องอยู่บ้านหรือที่พำนักเป็นเวลานาน เกิดกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะบ้านที่มีผู้สูงอายุอยู่ด้วย จะต้องมีการดูแลเป็นพิเศษเพื่อให้ห่างจากโรค

โควิด-19 การแสดงความห่วงใย ดูแล และเป็นห่วงของคนในครอบครัวต่อผู้สูงอายุ เป็นการสร้างความสำคัญและความสุขให้แก่ผู้สูงอายุ

4) การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 จะทำให้ปัจจัยด้านสุขภาพมีอิทธิพลต่อความสุขมากขึ้น กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพที่แข็งแรง มีความพึงพอใจในร่างกายของตนเอง เช่น มีความกระฉับกระเฉง สามารถใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายได้อย่างอิสระ เมื่อเกิดสถานการณ์โควิด-19 ขึ้น จะได้รับผลกระทบไม่มาก สร้างความสุขได้มากกว่า เช่น เมื่อรู้สึกว่าร่างกายแข็งแรง ก็จะมีความกังวลต่อสถานการณ์โควิด – 19 น้อย

5.1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลของการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ โดยมีการรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ

เมื่อพิจารณาตัวแปรกำกับ คือ การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ จะส่งผลต่อขนาดและทิศทางของอิทธิพลระหว่างตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ได้แก่ ร่างกาย และเศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ ได้แก่ ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด และความเชื่อและศรัทธา และความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ได้แก่ สัมพันธภาพทาง

สังคม การสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม และตัวแปรตาม ซึ่งประกอบด้วย ความพึงพอใจในชีวิตและความสุข พบว่า

1) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ จะทำให้ปัจจัยด้านความเชื่อและศรัทธามีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตน้อยลง กล่าวคือ การที่ผู้สูงอายุมีความเชื่อและศรัทธาในภาวะเศรษฐกิจที่ถดถอยนี้ ไม่สามารถสร้างความพึงพอใจในชีวิตให้มากขึ้นได้

2) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ จะทำให้ปัจจัยด้านสุขภาพมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขมากขึ้น กล่าวคือ การที่ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในสุขภาพของตนเอง จะมีภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพน้อย ทำให้ไม่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์เศรษฐกิจที่เกิดขึ้น

3) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ จะทำให้ปัจจัยการสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตน้อยลง กล่าวคือ สถานการณ์เศรษฐกิจในปัจจุบัน ทำให้ผู้สูงอายุลดกิจกรรมทางสังคมลง เช่น การออกไปพบปะกับกลุ่มเพื่อน การออกไปทำกิจกรรมร่วมกัน ส่งผลให้ความพึงพอใจในชีวิตน้อยลงไปด้วย

4) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ จะทำให้ปัจจัยพฤติกรรมและวัตถุประสงค์การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น กล่าวคือ ปัจจุบันมีเครือข่ายออนไลน์หลายกลุ่มที่รวบรวมสังคมผู้สูงอายุเข้าด้วยกัน เช่น กลุ่มผู้สูงอายุใน Facebook ที่มีกิจกรรมร่วมกัน หรือ มักจะแชร์ และแนะนำวิธีการต่างๆ ที่สูงอายุสนใจอยู่เสมอ ซึ่งกลุ่มนี้เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตสูงขึ้น จากภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบัน

5) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ จะทำให้ปัจจัยด้านสัมพันธภาพทางสังคมมีอิทธิพลต่อความสุขมากขึ้น กล่าวคือ การสร้างสัมพันธภาพทางสังคมของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นช่องทางออฟไลน์ ที่ได้ออกไปพบเจอกับคนในสังคม เช่น กลุ่มหรือชมรมที่รวบรวมผู้ที่มีความสนใจร่วมกัน หรือช่องทางออนไลน์ เช่น ทางไลน์ หรือกลุ่มในเฟซบุ๊ก ที่ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม หรือเข้าไปแลกเปลี่ยนความคิดเห็น จะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความสุขเพิ่มขึ้น

6) การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจ จะทำให้ปัจจัยด้านความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคมมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตน้อยลง กล่าวคือ เมื่อผู้สูงอายุเกิดการเปรียบเทียบทางสังคม เช่น เปรียบเทียบด้านความเป็นอยู่ ความอยู่ดีกินดี จะทำให้ความสุขของผู้สูงอายุนั้นลดลง

ผู้วิจัยพบว่า การใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ไม่ส่งอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ แต่ภายใต้การรับรู้สถานการณ์โควิด-19 ที่เกิดขึ้น กลับพบว่าการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุที่สูงขึ้น และภายใต้การรับรู้ถึงสถานการณ์ทางเศรษฐกิจที่ดีขึ้น ปัจจัยด้านการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ จะ

มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้นเช่นกัน เนื่องจากสถานการณ์รับรู้สถานการณ์ โควิด-19 และการรับรู้ถึงสถานการณ์ทางเศรษฐกิจ ต่างก็มีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

5.2 ข้อเสนอแนะทางกลยุทธ์

จากการศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยขอเสนอแนะเชิงกลยุทธ์ข้างต้น สำหรับผู้ประกอบการ หรือหน่วยงานที่ต้องการดูแล สนับสนุน และพัฒนาความเป็นอยู่ที่ดี (Well-Being) ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม เพื่อให้สามารถตอบสนองต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขแก่ผู้สูงอายุได้ รวมทั้งการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อให้สื่อสารถึงกลุ่มผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด โดยกลยุทธ์ที่ผู้วิจัยนำเสนอ ดังนี้

กลยุทธ์ด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย

การพัฒนาด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ควรเน้นด้านร่างกาย และเศรษฐกิจ เนื่องจากร่างกายของผู้สูงอายุต้องเสื่อมโทรมไปตามกาลเวลา ดังนั้นการให้ความรู้หรือมุ่งเน้นในการสร้างร่างกายที่ดี แข็งแรง หรือสามารถชะลอความชราได้ รวมทั้งการให้ความรู้ ความเข้าใจ และวิธีการรับมือต่อความเสื่อมโทรมทางร่างกายได้ จะเป็นที่น่าสนใจแก่ผู้สูงอายุ เช่น การดูแลสุขภาพในวัยเกษียณ โภชนาการที่เหมาะสมกับวัย ฯลฯ รวมทั้งผู้สูงอายุมักจะไม่สะดวกในการเดินทางตัวคนเดียว จากสภาพร่างกายที่ไม่เอื้ออำนวย การออกกลยุทธ์บริการรับ-ส่ง หรืออำนวยความสะดวกในด้านการเดินทางแก่ผู้สูงอายุ ก็เป็นแนวทางที่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้เช่นกัน

ภายใต้วิกฤตการณ์โรคระบาดโควิด-19 ที่เกิดขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุจะมีความเสี่ยงและความอ่อนไหวต่อการระบาดของโรคโควิด-19 มากกว่าวัยอื่น โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีสุขภาพไม่แข็งแรง และมีโรคประจำตัว ส่งผลให้เกิดความกังวลในการใช้ชีวิต ดังนั้นกลยุทธ์ที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุลดความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ เพื่อเพิ่มความสุขนั้น คือ การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่แข็งแรง ห่างจากโรคภัย รวมถึงวิธีป้องกันตนเองจากโรคต่างๆ อีกทั้งควรให้ความสำคัญกับการเข้าถึงสาธารณสุขของผู้สูงอายุ ที่เป็นอันดับแรกๆ

กลยุทธ์ด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ

แม้ว่าจะไม่พบอิทธิพลของความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ในการวิจัยครั้งนี้ แต่ผู้วิจัยพบว่า การที่ผู้คนรอบข้าง หรือคนในครอบครัวให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตและความสุขได้ เช่น การแสดงความห่วงใย การได้รับความสำคัญ การภูมิใจเมื่อสามารถสร้างประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นได้ ดังนั้นกลยุทธ์ในการเข้าถึงผู้สูงอายุ ควรดำเนินการอย่างอบอุ่นและเป็นกันเอง แต่ยังคงให้เกิดประโยชน์ในคุณค่าของตัวผู้สูงอายุ เช่น การจัดกิจกรรมให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ คือ การนำความรู้ ความสามารถและทักษะที่มีมาถ่ายทอดและเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม รวมทั้งการระลึกถึงการมีอยู่ของผู้สูงอายุ เช่น การจัดงาน Reunion เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มาพบกันบ้างตามโอกาส

นอกจากบุตรหลาน หรือสมาชิกในครอบครัวแล้ว เพื่อนและเพื่อนบ้าน เป็นความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญ เพราะจะให้ความช่วยเหลือและทำให้ผู้สูงอายุได้มีการติดต่อกับโลกภายนอก (Atchely, 1980) ดังนั้นจึงขอเสนอกลยุทธ์ในการออกแบบหรือสร้างโครงการที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ที่จำเป็นจะต้องมีเพื่อนบ้านที่มีความสัมพันธ์ ได้มีการติดต่อกัน เพื่อคอยดูแลกลุ่มผู้สูงอายุ อาจจะเป็นกลุ่มหรือรุ่นเดียวกัน เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกโดดเดี่ยว และเป็นส่วนหนึ่งกับสังคมได้ ส่งผลให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจและสังคม ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตและความสุขด้วย

กลยุทธ์ด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม

การพัฒนาด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม ที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ควรเน้นด้านการสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม คือ สร้างบรรยากาศและออกแบบกิจกรรมที่เชิญชวนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมได้ โดยมุ่งเน้นไปที่การให้ความช่วยเหลือ การให้คำแนะนำในด้านต่างๆ ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ เช่น ด้านสุขภาพ ด้านความรู้และทักษะยุคใหม่ เพื่อให้เท่าทันเทคโนโลยี เพราะผู้สูงอายุเองยินดีที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเอง ยังคงต้องการสังคมเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้ซึ่งกันและกัน หรือได้ถ่ายทอดความรู้ของตนเองแก่สังคม จะยิ่งสร้างความภูมิใจให้แก่ผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี

กลยุทธ์การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

แม้ว่าจะไม่พบอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ในการวิจัยครั้งนี้ แต่ผู้วิจัยพบว่า ผู้สูงอายุนิยมใช้งาน Line (ไลน์) และ Facebook (เฟซบุ๊ก) มากที่สุด โดยใช้เพื่อติดตามข้อมูลข่าวสาร และเพื่อพูดคุยกับเพื่อนปัจจุบันและ

เพื่อนเก่า จึงแนะนำให้ผู้ที่ต้องการสื่อสารกับผู้สูงอายุใช้ช่องทางเดียวกับผู้สูงอายุ เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มผู้สูงอายุผ่านทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ได้มากที่สุด

รวมทั้งกลยุทธ์ในการสร้างสื่อที่สามารถสร้างความพึงพอใจให้แก่ผู้สูงอายุได้ ต้องประกอบด้วยสาระและความบันเทิง ดังนั้นผู้ประกอบการ หรือหน่วยงานต้องสร้างสื่อด้วยความถูกต้อง ชัดเจน เลือกรูปภาพที่เป็นประโยชน์ เช่น การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ การประชาสัมพันธ์งานต่าง ๆ และควรจัดทำเป็นแบบภาพหรือ Infographic เพื่อกระจายข่าวสารได้อย่างรวดเร็ว

สิ่งที่ผู้สูงอายุต้องการจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ คือ การที่ผู้สูงอายุต้องการมีความสำคัญ มีตัวตน ต่อครอบครัวและคนรอบตัว หรือคนที่ต้องการสื่อสารด้วย ดังนั้นผู้ประกอบการ หรือหน่วยงานควรเลือกใช้กลยุทธ์ที่สามารถส่งเสริมความรู้สึกตรงนี้ได้ จะสามารถสร้างความรู้สึที่ดีให้แก่กลุ่มผู้สูงอายุได้มากขึ้น เช่น ข้อความที่ส่งไปยังคนครอบครัวหรือคนรอบตัว ผ่านการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผู้สูงอายุ สร้างบรรยากาศที่อบอุ่น แสดงถึงความห่วงใย

5.3 ข้อจำกัดงานวิจัยและข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต

การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ในครั้งนี้พบข้อจำกัดและอุปสรรคในการทำวิจัย ดังนี้

1) การตอบแบบสอบถามของผู้สูงอายุ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนมากนั้น ไม่สะดวกตอบแบบสอบถามทั้งทางออนไลน์และออฟไลน์ด้วยตัวเอง ต้องมีการช่วยอ่านให้ฟัง หรือมีผู้ช่วยประกบการตอบแบบสอบถาม หรือการตอบแบบสอบถามในแต่ละชุดจะใช้เวลาก่อนข้างมาก จึงแนะนำให้เตรียมแบบสอบถามที่เหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น ขนาดและภาษาในสร้างแบบสอบถาม รวมทั้งวิธีการเก็บข้อมูลที่ต้องมีผู้ช่วยเพื่ออ่านแบบสอบถามให้ผู้สูงอายุฟังได้

2) ขอบเขตของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีความหลากหลายและเกาะกลุ่มกัน เนื่องจากกลุ่มที่ตอบแบบสอบถามส่วนมากเป็นเพื่อนและเครือข่ายญาติที่มีอายุเกิน 60 ปี ซึ่งส่วนมากเคยเป็นข้าราชการมาก่อน ทำให้ขาดความหลากหลายทางด้านประชากรศาสตร์ เช่น มีการศึกษาระดับสูง รายได้ค่อนข้างสูงเนื่องจากมีรายได้เป็นบำนาญ และที่สำคัญไม่สามารถเสนอภาพรวมของประชากรส่วนใหญ่ของประเทศได้ จึงแนะนำให้มีการแบ่งกลุ่มตัวอย่างให้มีสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน หรือทำการศึกษาเฉพาะกลุ่ม เช่น ผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการบำนาญ ฯลฯ เพื่อให้สามารถนำเสนอภาพประชากรที่ต้องการศึกษาได้อย่างชัดเจนมากขึ้น

3) การกระจายแบบสอบถาม เนื่องจากเป็นการแจกแบบสอบถามแบบสุ่มในกลุ่ม Facebook และในกลุ่ม Line เป็นหลัก ทำให้ไม่สามารถกำหนดกลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ และงานวิจัยนี้เกี่ยวข้องกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ทำให้คำตอบจากแบบสอบถามอาจจะเอียงไปด้านใดด้านหนึ่ง จึงแนะนำให้มีการกระจายไปแต่ละกลุ่มเท่ากัน หรือศึกษาเชิงเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มออนไลน์และกลุ่มออฟไลน์



บรรณานุกรม

- กรีธา สพโชค. (2542). ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการให้บริการสวัสดิการของรัฐ: ศึกษาเฉพาะกรณี สถานสงเคราะห์ผู้สูงอายุบ้านบางแค 2 (สารนิพนธ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- กิริณา สมวาทสรณ์. (2559). การศึกษาพฤติกรรมการสื่อสาร กับการส่งต่อข้อมูลผ่านแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิต). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- กันตพล บันทัดทอง. (2557). พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และความพึงพอใจของกลุ่มคนผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร (การค้นคว้าอิสระ). มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, กรุงเทพฯ.
- เจมิกา ยามะรัต. (2527). ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ: ศึกษากรณีราชการบำนาญกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- จุฑารัตน์ ประเสริฐ. (2557). พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทย (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- ทินภัทร ปัญญาพลา. (2563). การศึกษาพฤติกรรมการสื่อสาร ผ่านแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุในอำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- ปรมาภรณ์ เกษียรสินธุ์. (2555). กลยุทธ์การสื่อสารในการสอนคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตสำหรับผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมระดับกลาง (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- ปรางสุรางค์ โชติชวัลย์กุล. (2556). แรงจูงใจที่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้เว็บไซต์เฟซบุ๊ก (Facebook) ของกลุ่มวัยกลางคนและวัยสูงอายุ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ปิยวัฒน์ เกตุวงศา, และศุทธิดา ชวนวัน. สถาบันวิจัยประชากรศาสตร์และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (2558). ใครเป็นใครบนเครือข่ายสังคมออนไลน์: ความหลากหลายทางคุณลักษณะและพฤติกรรม. นครปฐม.

บรรณานุกรม (ต่อ)

- เบญจมาศ นาควิจิตร. (2551). *ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และความสุขของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุของโรงพยาบาลสังกัดสำนักงานสาธารณสุข กรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- มัญญา นาควิไล. (2558). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุเพื่อคุณภาพชีวิต: กรณีศึกษาไลน์แอปพลิเคชัน (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, กรุงเทพฯ.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.). (2563). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2562*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล
- ระวีวรรณ ทรัพย์อินทร และณาศิณี เคารพธรรม. (2560). *สื่อกับผู้สูงอายุในประเทศไทย. วารสารนิเทศศาสตร์ธุรกิจบัณฑิตย์, 11(2), 367-387.*
- สิริพร สุทธิญา. (2550). *พฤติกรรมการดูแลตนเองกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ในสวนรมณีนาถ กรุงเทพมหานคร (สารนิพนธ์)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สาธิตา เดโชนันท์กุล. (2554). *ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สุทธิพงศ์ บุญผดุง. (2555). *ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร (รายงานการวิจัย)*. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, กรุงเทพฯ.
- วรรณพร อินทมุสิก. (2559). *การศึกษา พฤติกรรมการใช้ และผลที่ได้รับต่อชีวิตและจิตใจจากแอปพลิเคชันไลน์ ของกลุ่มผู้สูงอายุสมาคมบ้านปันรัก (การค้นคว้าอิสระ)*. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, กรุงเทพฯ.
- อัปสร รั้งลีปรากการ. (2539). *ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม ความสามารถในการดูแลตนเอง และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

บรรณานุกรม (ต่อ)

- อรุณี บุญอุรพิภิญโญ. (2542). *ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข ภาค 2 กรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร)*. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- อากาศกร เป็รียานิม พูลพงษ์ สุขสว่าง และปิยะทิพย์ ประจวบพรหม. (2563). *การพัฒนามาตรวัดความผาสุกทางจิต (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร)*. มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- Camfield, L., & Esposito, L. (2014). A cross-country analysis of perceived economic status and life satisfaction in high- and low-income countries. *World Development*, 59, 212–223.
- Coke, M. (1992). Correlates of life satisfaction among elderly african americans. *Journal of Gerontology*, 47(5), 316-320.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). Satisfaction with life scale (swlc). *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Haybron, D. (2006). Life satisfaction, ethical reflection, and the Science of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8, 99-138.
- Layard, R. (2006). *Happiness: Lessons from a new science*, London: Penguin Group.
- Manion, J. (2003). Joy at work: Creating a positive workplace. *JONA: The Journal of Nursing Administration*, 33(12), 652-659.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Zhou, Z., Jung Ki, E., & Brown, K. (2019). A measure of perceived severity in organizational crises: A multidimensional scale development and validation. *Journal of International Crisis and Risk communication Research*, 2(1), 39-60.



ภาคผนวก ก

แบบสอบถามเพื่องานวิจัย

แบบสอบถามเรื่อง การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ (A Study of the Effects of Social Network Use, Physical, Mental, and Social Well-Being on the Elderly's Life Satisfaction and Happiness)

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามนี้ มีจุดมุ่งหมายทางการศึกษาเท่านั้น ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการจัดการมหาบัณฑิต สาขาการจัดการและกลยุทธ์ วิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล
2. ทุกคำตอบในการทำแบบสอบถามนี้ ไม่มีมีผิด หรือถูก จึงขอความกรุณาให้ตอบแบบสอบถามตรงกับความ เป็นจริง ความคิด และความรู้สึกของผู้ตอบแบบสอบถามให้มากที่สุด
3. ทุกคำตอบของผู้สูงอายุเป็นประโยชน์ และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการศึกษาและการวิจัย เพื่อนำไปสู่การจัดการและกลยุทธ์ที่มีประโยชน์ต่อไป
4. ทุกคำตอบที่ตอบในแบบสอบถามนี้ จะถือว่าเป็นความลับและไม่ส่งผลต่อตัวผู้ตอบ หรือบุคคลใดๆ และท่านไม่ต้องระบุชื่อของท่านลงในแบบสอบถามนี้
5. แบบสอบถามนี้มีทั้งหมด 5 หน้า แบ่งออกเป็น 2 ตอน หากสะดวกกรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ

ผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่าน ที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม และให้ความช่วยเหลือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

นางสาวสัณห์สิริ เหมทานนท์
นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการจัดการและกลยุทธ์
วิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย หรือ X ลง ให้ตรงกับความเป็นจริง และลักษณะของท่านให้มากที่สุด

- 1) เพศ
 - ชาย หญิง อื่นๆ
- 2) อายุ
 - 60 - 65 ปี 66 - 70 ปี 71 - 75 ปี 76 - 80 ปี
 - 80 ปีขึ้นไป
- 3) สถานภาพ
 - โสด สมรส หย่า หม้าย
- 4) ศาสนา
 - พุทธ คริสต์ อิสลาม อื่นๆ
 - ไม่นับถือศาสนา
- 5) การศึกษา
 - ไม่ได้เรียนหนังสือ ประถมศึกษา มัธยมศึกษา, ปวช. ปวส.
 - ปริญญาตรี สูงกว่าปริญญาตรีขึ้นไป
- 6) อาชีพ (ที่เคยประกอบมาก่อน)
 - ราชการ เอกชน รัฐวิสาหกิจ ค้าขาย
 - ผู้ประกอบการธุรกิจ อื่นๆ โปรดระบุ.....
- 7) อาชีพ (ปัจจุบัน)
 - ไม่ได้ประกอบอาชีพ ค้าขาย ธุรกิจส่วนตัว
 - อื่นๆ โปรดระบุ.....
- 8) รายได้รวมของครอบครัว / เดือน
 - น้อยกว่า 10,000 บาท 10,000 - 30,000 บาท 30,001 - 50,000 บาท
 - 50,001 - 70,000 บาท 70,001 - 90,000 บาท มากกว่า 90,000 บาท
- 9) จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่พักอาศัยด้วยกัน
 - ที่พักอาศัยคนเดียว 2 คน 3 - 5 คน 6 - 7 คน
 - 8 - 9 คน 10 คนขึ้นไป
- 10) ลักษณะที่อยู่อาศัย
 - บ้านพักอาศัย ห้องพัก / คอนโด / อพาร์ทเมนต์ ที่พักอาศัยของรัฐ
 - ที่พักพิงทางอื่นๆ โปรดระบุ.....

ตอนที่ 2 การศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม และที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนดให้แต่ละข้อว่าท่านเห็นด้วย หรือตรงกับความเป็นจริง ความคิดและความรู้สึกของท่านในระดับใด เมื่อพิจารณาแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย □ หรือ X ลง ในช่องขวามือให้ตรงกับความเป็นจริง ความคิด และความ รู้สึกของท่านให้มากที่สุด

4	หมายถึง	ใช้งานบ่อย
3	หมายถึง	ใช้งานปานกลาง
2	หมายถึง	ใช้งานนานๆ ครั้ง
1	หมายถึง	ไม่เคยใช้เพื่อวัตถุประสงค์นี้เลย

ข้อ	คำถาม	4	3	2	1
1	ท่านใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่ออะไร				
1.1	ใช้เพื่อพูดคุยกับเพื่อนปัจจุบันและเพื่อนเก่า				
1.2	ใช้เพื่อหาเพื่อนใหม่ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น				
1.3	ใช้เพื่อติดตามข้อมูลข่าวสาร				
1.4	ใช้เพื่อศึกษาหาความรู้				
1.5	ใช้เพื่อความบันเทิง				
1.6	ใช้เพื่อซื้อสินค้าและบริการ				
1.7	ใช้เพื่อเล่นเกมส์				
1.8	ใช้เพื่อประกอบอาชีพ เช่น ค้าขาย ให้บริการ				
2	ท่านเลือกใช้สังคมออนไลน์ เพราะเหตุใด				
2.1	ข้าพเจ้าเลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ตอบสนองสารก้นอย่างอิสระไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน เวลาใด				
2.2	ข้าพเจ้าเลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อความทันสมัย				
2.3	ข้าพเจ้าเลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น				

ข้อ	คำถาม	4	3	2	1
2.4	ข้าพเจ้าเลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เนื่องจากได้รับการยอมรับจากเพื่อนและบุคคลอื่น				
2.5	ข้าพเจ้าเลือกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพราะประหยัดค่าใช้จ่าย				

- 3) ท่านใช้บริการเครือข่ายสังคมออนไลน์กี่ชั่วโมงต่อวัน
 น้อยกว่า 1 ชั่วโมง 1-3 ชั่วโมง 3-5 ชั่วโมง
 5-8 ชั่วโมง มากกว่า 8 ชั่วโมง
- 4) เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ท่านนิยมใช้ (ตอบได้มากกว่า 1)
 Facebook Line Instagram Twitter
 YouTube อื่นๆ โปรดระบุ
- 5) ความถี่ในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) ของท่านในแต่ละวัน
 1-3 ครั้งต่อวัน 4-6 ครั้งต่อวัน 7-9 ครั้งต่อวัน เปิดตลอดทั้งวัน

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนดให้แต่ละข้อว่าท่านเห็นด้วย หรือตรงกับความเป็นจริง ความคิดและความรู้สึกของท่านในระดับใด เมื่อพิจารณาแล้วโปรดทำเครื่องหมาย หรือ ลง ในช่องขวามือให้ตรงกับความเป็นจริง ความคิด และความ รู้สึกของท่านให้มากที่สุด

5	หมายถึง	เห็นด้วยมากที่สุด
4	หมายถึง	เห็นด้วยมาก
3	หมายถึง	เห็นด้วย
2	หมายถึง	เห็นด้วยน้อย
1	หมายถึง	เห็นด้วยน้อยที่สุด

ข้อ	คำถาม	5	4	3	2	1
A	ความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจ (Mental well-being)					
1	ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด					
1.1	ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลภายในครอบครัว					
1.2	บุคคลรอบข้างให้ความสำคัญกับข้าพเจ้าอยู่เสมอ					

ข้อ	คำถาม	5	4	3	2	1
1.3	ข้าพเจ้าสามารถพึ่งพาบุคคลรอบข้างได้ในยาม เดือดร้อน					
1.4	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเป็นประโยชน์ต่อบุตร หลาน					
1.5	ข้าพเจ้าเป็นที่ยอมรับของคนในครอบครัว					
1.6	ข้าพเจ้ามักได้รับการทำความเคารพด้วยความ นอบน้อมจากสมาชิกในครอบครัว					
1.7	คนรอบข้างจะคอยให้กำลังใจข้าพเจ้าอยู่เสมอ					
1.8	ครอบครัวของข้าพเจ้าห่วงใยในตัวข้าพเจ้า					
2	ความเชื่อและศรัทธา					
2.1	ข้าพเจ้าเชื่อเรื่องการทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว					
2.2	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจเมื่อนึกถึงศาสนา					
2.3	การนับถือศาสนาทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจชีวิตมาก ยิ่งขึ้น					
2.4	ข้าพเจ้าดำรงชีวิตด้วยทางสายกลาง					
2.5	ข้าพเจ้าเชื่อว่าการปฏิบัติตนตามหลักคำสอนทำ ให้เกิดความสุข					
B	ความเป็นอยู่ที่ดีทางร่างกาย (Physical well-					
3	being)					
	สุขภาพ					
3.1	ข้าพเจ้ามีสุขภาพที่แข็งแรง					
3.2	ข้าพเจ้ารู้สึกดีกับสภาพร่างกายในปัจจุบัน					
3.3	ข้าพเจ้าสามารถใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายได้เป็น อย่างดี					
3.4	การลุกและเดินของข้าพเจ้าเป็นไปอย่าง กระฉับกระฉ่ง					
3.5	ข้าพเจ้าสามารถเดินในระยะทางไกลๆ ได้					
3.6	ข้าพเจ้าออกกำลังกายสม่ำเสมอ					

ข้อ	คำถาม	5	4	3	2	1
3.7	ข้าพเจ้าสามารถออกไปไหนมาไหนได้ด้วยตัว ของข้าพเจ้าเอง					
4	เศรษฐกิจ					
4.1	ข้าพเจ้าประเมินว่าสถานะทางการเงินของ ข้าพเจ้าและครอบครัวอยู่ในระดับที่น่าพึงพอใจ มาก					
4.2	ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีมาตรฐานการครองชีพของ ครอบครัวของข้าพเจ้าอยู่ในระดับดีกว่า ครอบครัวอื่นๆ ในประเทศ					
4.3	ข้าพเจ้ามีเงินใช้เพียงพอต่อเดือน					
4.4	ข้าพเจ้ามีเงินเหลือกินเหลือใช้					
4.5	ในขณะนี้ ข้าพเจ้าสามารถพูดได้ว่าข้าพเจ้าและ ครอบครัวยังไม่ได้ประสบความยากลำบากใน การเลี้ยงชีพ					
C	ความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being)					
5	สัมพันธภาพทางสังคม					
5.1	ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจกับการผูกมิตร หรือการ เข้ากับคนอื่นในสังคม					
5.2	ข้าพเจ้าพึงพอใจที่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อน ในสังคม					
5.3	ข้าพเจ้ารู้สึกเกี่ยวข้องกับคนในสังคม					
5.4	ข้าพเจ้าสามารถเข้าร่วมกับเพื่อน และคนใน สังคมได้					
5.5	เมื่อข้าพเจ้าเชื่อมโยงกับคนในสังคม ข้าพเจ้าไม่ รู้สึกสูญเสียตัวตน					
6	การสนับสนุนทางสังคม					
6.1	ข้าพเจ้ามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ทางสังคม เสมอ					

ข้อ	คำถาม	5	4	3	2	1
6.2	ข้าพเจ้ารู้สึกถูกกระตุ้นให้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในสังคม					
6.3	บุคคลรอบข้างคอยช่วยให้ข้าพเจ้ารู้สึกสบายใจ					
6.4	ข้าพเจ้าได้รับความช่วยเหลือจากชมรมผู้สูงอายุ หรือหน่วยงานของรัฐและเอกชน เมื่อเดือดร้อน หรือมีปัญหาการเจ็บป่วย					
6.5	ข้าพเจ้ารู้สึกว่า การพบปะพูดคุยกับบุคคลรอบข้าง เป็นสิ่งที่น่าตื่นเต้น					
7	ความรู้สึกเปรียบเทียบทางสังคม					
7.1	ข้าพเจ้ามีความพอใจในด้านที่อยู่อาศัยเท่ากับผู้อื่น					
7.2	ข้าพเจ้าภูมิใจในความเป็นอยู่เมื่อเทียบกับผู้อื่น					
7.3	ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อเห็นผู้อื่นอยู่ดีกินดี					
7.4	ข้าพเจ้าภูมิใจเมื่อเห็นลูกหลานของข้าพเจ้าได้ดี					
7.5	ข้าพเจ้ามองตนเองดี และมองผู้อื่นดีเช่นกัน					
D	ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction)					
8	ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction)					
8.1	ชีวิตของข้าพเจ้าเป็นไปตามที่ข้าพเจ้าตั้งใจเอาไว้					
8.2	ข้าพเจ้ามีชีวิตที่ยอดเยี่ยม					
8.3	ข้าพเจ้าพึงพอใจในชีวิต					
8.4	จนถึงตอนนี้ ข้าพเจ้าได้รับสิ่งสำคัญที่ต้องการแล้ว					
8.5	ข้าพเจ้าไม่ต้องการเปลี่ยนแปลงอะไรในชีวิต					
E	ความสุข (Happiness)					
9	ความสุข (Happiness)					
9.1	โดยทั่วไป, ข้าพเจ้าคิดว่า ข้าพเจ้ามีความสุข					
9.2	ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อเทียบกับผู้อื่น					

ข้อ	คำถาม	5	4	3	2	1
9.3	ข้าพเจ้าคิดว่า “ความสุขโดยทั่วไปสามารถเกิดขึ้นได้ในชีวิต แม้ว่าจะผ่านอะไรก็ตาม”					
F 10	การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Media Use)					
10.1	ข้าพเจ้ามักจะตรวจสอบบัญชีโซเชียลมีเดียของข้าพเจ้า					
10.2	ข้าพเจ้าชอบใช้โซเชียลมีเดีย					
10.3	การใช้โซเชียลมีเดียเป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรประจำวันของข้าพเจ้า					
10.4	ข้าพเจ้าตอบสนองต่อเนื้อหาที่ผู้อื่นแชร์โดยใช้โซเชียลมีเดีย					
10.5	ข้าพเจ้ารู้สึกขาดการติดต่อกับเพื่อนเมื่อไม่ได้ลงชื่อเข้าใช้โซเชียลมีเดีย					
10.6	ข้าพเจ้าชอบสื่อสารกับผู้อื่นผ่านโซเชียลมีเดียเป็นหลัก					
10.7	โซเชียลมีเดียมีบทบาทสำคัญในความสัมพันธ์ทางสังคมของข้าพเจ้า					
D 11	สถานการณ์โควิด-19 ของผู้สูงอายุ การรับรู้ต่อสถานการณ์โควิด-19 ของผู้สูงอายุ					
11.1	ข้าพเจ้าค่อนข้างวิตกกังวลเกี่ยวกับสถานการณ์ไวรัสโควิด-19					
11.2	ข้าพเจ้ารู้สึกได้รับอิทธิพลจากสถานการณ์ไวรัสโควิด-19					
11.3	ความกลัวของข้าพเจ้าเพิ่มมากขึ้น เมื่อได้รับรู้ข้อมูลมาจากสถานการณ์โควิด-19					
E 12	สถานการณ์เศรษฐกิจภายนอก การรับรู้ต่อสถานการณ์เศรษฐกิจของผู้สูงอายุ					

ข้อ	คำถาม	5	4	3	2	1
12.1	ข้าพเจ้าคิดว่าช่วงนี้เศรษฐกิจเติบโตไปในทิศทางที่ดี					
12.2	ข้าพเจ้าคิดว่าช่วงนี้เศรษฐกิจมีสภาพคล่องสูง					
12.3	ข้าพเจ้าคิดว่าประชาชนมีกำลังในการใช้จ่ายเพิ่มขึ้น					

