

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้สรุปตามหัวข้อตามลำดับต่อไปนี้

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร

#### ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร จำนวน 11,739 คน

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ซึ่งให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามกลับคืนมาจำนวน 211 คน

## วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามปลายเปิดเพื่อรวบรวมข้อมูลซึ่งผ่านการตรวจของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พบว่ามีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยมีค่าดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ 0.66-1.00 (IOC = 0.66-1.00) วิธีดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์และความร่วมมือกับผู้สูงอายุในเขตหนองจอก กรุงเทพมหานครในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากนั้นนำมาตรวจสอบความเรียบร้อยและพิจารณาถึงความจำเป็นในการเลือกตามบริบทก่อนลงรหัสเพื่อการวิเคราะห์ทางสถิติ

## สรุปผลการวิจัย

งานวิจัยนี้ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาสามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

1. จำนวนผู้สูงอายุจำนวน 211 คนประกอบด้วยเพศชาย 90 คน และเพศหญิง 121 คน ผู้สูงอายุเพศชายที่มีอายุ 60-64 ปี มีจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือ 70-74 ปี ซึ่งมีจำนวน 37 และ 30 คน ตามลำดับ โดยมีระดับการศึกษาประถมศึกษาและไม่ได้เรียนหนังสือ จำนวนมากที่สุด ส่วนผู้สูงอายุเพศหญิงที่มีอายุ 65-69 ปี มีจำนวนมากที่สุด คือมีจำนวน 52 คน โดยมีระดับการศึกษาประถมศึกษาและไม่ได้เรียนหนังสือจำนวนมากที่สุดเช่นเดียวกัน และผู้สูงอายุกลุ่มดังกล่าวนี้มีอาชีพที่เคยทำคืออาชีพค้าขายเป็นอันดับแรก รองลงมาได้แก่อาชีพรับจ้าง รัฐวิสาหกิจ และรับราชการตามลำดับ สำหรับอาชีพอื่น ๆ ที่ผู้สูงอายุเคยทำได้แก่ ช่างไม้ แม่บ้าน ค้าขาย ทำสวน ช่างผม และทำงานธนาคาร ผู้สูงอายุโดยส่วนมากได้รายงานตนเองว่ามีสุขภาพดีปานกลางจนถึงดีเยี่ยม ตลอดจนไม่เป็นโรคร้าย ส่วนผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยจะให้ข้อมูลว่าตนเองป่วยเป็นโรคเบาหวานกับโรคความดันมากที่สุด นอกจากนี้กิจกรรมที่ผู้สูงอายุชอบทำได้แก่ การออกกำลังกาย การทำบุญ ฟังเทศน์ สวดมนต์ และการปลูกต้นไม้ เป็นต้น

2. ความพึงพอใจของผู้สูงอายุจำนวน 211 คน เรียงจากอันดับแรกจนถึงอันดับสุดท้ายโดยใช้สัมประสิทธิ์ความแปรปรวน (C.V.) ได้แก่ความพึงพอใจด้านปัจจัยแวดล้อม ด้านการมีชีวิตที่ดี ด้านแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล และด้านการยอมรับตนเอง โดยมีระดับความพึงพอใจคือ 4.60 4.38 4.27 และ 4.39 ตามลำดับ ซึ่งหมายถึงผู้สูงอายุมีความพึงพอใจค่อนข้างมากจนถึงมาก ส่วนความพึงพอใจด้านการใช้ชีวิตซึ่งเป็นตัวแปรตามมีระดับความพึงพอใจคือ 4.31 ซึ่งหมายถึงผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในการใช้ชีวิตค่อนข้างมากเช่นเดียวกัน

3. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยซึ่งเป็นตัวแปรที่ใช้ในการศึกษามีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์จากมากไปหาน้อยกับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยด้านการยอมรับตนเอง การมีชีวิตที่ดี ปัจจัยแวดล้อม และด้านแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ 0.548 0.510 0.500 และ 0.450 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยซึ่งจะนำมาเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กันตั้งแต่ปานกลางจนถึงค่อนข้างสูง กล่าวคือมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตั้งแต่ 0.585 ถึง 0.799 เช่น ปัจจัยด้านการยอมรับตนเองกับแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล ปัจจัยด้านการมีชีวิตที่ดีกับแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล ปัจจัยด้านการยอมรับตนเองกับการมีชีวิตที่ดี โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ 0.799 0.784 และ 0.774 ตามลำดับ

4. ปัจจัยที่มีผลหรือมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุได้แก่ การยอมรับตนเอง และปัจจัยแวดล้อม ( $p\text{-values} = 0.016$  และ  $0.020 < 0.05$  ตามลำดับ) ในขณะที่ปัจจัยด้านแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล และการมีชีวิตที่ดี ไม่มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ( $p\text{-values} = 0.192$  และ  $0.250 > 0.05$  ตามลำดับ) นอกจากนี้ยังสามารถสรุปได้อีกว่าความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุขึ้นกับการยอมรับตนเองมากที่สุด (ค่า  $Beta=0.414$ ) รองลงมาคือปัจจัยแวดล้อม (ค่า  $Beta=0.307$ ) สำหรับสมการในการพยากรณ์ความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เป็นดังต่อไปนี้

สมการรูปทั่วไป

$$\text{ความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ} = 0.986 + 0.436 \cdot \text{การยอมรับตนเอง} + 0.345 \cdot \text{ปัจจัยแวดล้อม}$$

สมการรูปมาตรฐาน

ความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ =  $0.414 \cdot \text{การยอมรับตนเอง} + 0.307 \cdot$

ปัจจัยแวดล้อม

## อภิปรายผล

1. งานวิจัยนี้ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร โดยผู้สูงอายุที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจในการใช้ชีวิตจำนวน 211 คน และผู้สูงอายุกลุ่มนี้แสดงให้เห็นว่ามีความพึงพอใจด้านปัจจัยแวดล้อม ด้านการมีชีวิตที่ดี ด้านแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล ด้านการยอมรับตนเองตั้งแต่พอใจค่อนข้างมากถึงพอใจมาก ส่วนความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุกลุ่มนี้อยู่ในระดับค่อนข้างมากเช่นเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสุทธิพงศ์ บุญผดุง (2554: 150-159) ที่ค้นพบว่าคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวม เขตหนองจอก กรุงเทพมหานครอยู่ในระดับค่อนข้างมาก

2. จากการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ พบว่ามีความเชื่อมโยงกับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ อาทิ การไม่เจ็บป่วย และการประเมินสุขภาพตนเอง กล่าวคือผู้สูงอายุส่วนมากให้ข้อมูลว่าไม่เจ็บป่วยและมีสุขภาพปานกลางจนถึงดีเยี่ยมเป็นส่วนใหญ่ ทำให้ระดับความพึงพอใจในชีวิตมีระดับค่อนข้างมากถึงมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยเซนและคณะ (Chen *et al.*, 2010: 61-72) ที่ค้นพบว่าปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุได้แก่ การไม่เจ็บป่วย การมีสถานะทางการเงินที่ดี การไม่ขัดแย้งกับผู้อื่น และการมีบทบาทในสังคม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Abbasimoghadam และคณะ (2009: 274) ที่พบว่าสุขภาพและการเจ็บป่วย มีส่วนในการกำหนดคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับ Resnick (1999 *cited in* Abbasimoghadam, Dabiran, Safdari, and Djafarian, 2009: 274) ที่พบว่าผู้สูงอายุที่มีการเจ็บป่วยมีความพึงพอใจในการใช้น้อยกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีการเจ็บป่วย อย่างไรก็ตามแม้ว่าปัญหาเรื่องการเจ็บป่วยไม่อาจรักษาให้หายขาดได้ แต่ยังคงเป็นตัวสร้างปัญหาในการปฏิบัติกิจวัตรและกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน และการเข้าสังคมของผู้สูงอายุนั่นเอง

3. ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยด้านการยอมรับตนเอง มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสนับสนุนงานวิจัยของดาห์ลันและคณะ (Dahlan *et al.*, 2010: 71-79) ที่ได้ศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมาเลเซีย และพบว่าการยอมรับตนเองมีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิต แต่มีความแตกต่างกันตรงที่งานวิจัยของดาห์ลันและคณะยังพบว่าการมีชีวิตที่ดีมีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ในขณะที่งานวิจัยนี้ไม่พบว่าการมีชีวิตที่ดีมีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งอาจเป็นเพราะความแตกต่างในเชื้อชาติ และรูปแบบการใช้ชีวิตตลอดจนกลุ่มผู้สูงอายุที่ศึกษามีบริบทความเป็นอยู่ที่แตกต่างกัน ดังนั้นสมควรที่จะมีการศึกษาในเรื่องดังกล่าวนี้ให้ชัดเจนต่อไป

4. ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยแวดล้อม มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสนับสนุนงานวิจัยเชนและคณะ (Chen *et al.*, 2010: 61-71) ได้ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุชาวจีน และพบว่าปัจจัยแวดล้อม ซึ่งประกอบด้วยเหตุการณ์ในชีวิตที่ไม่พึงประสงค์ บทบาททางสังคม และกิจกรรมส่วนบุคคล มีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ แต่มีความแตกต่างกันตรงที่งานวิจัยของเชนและคณะยังพบอีกว่าแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล ซึ่งประกอบด้วย สุขภาพกาย สถานะทางการเงิน และประสิทธิภาพของตนเองมีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ในขณะที่งานวิจัยนี้ไม่พบว่าปัจจัยแวดล้อมมีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งอาจเป็นเพราะความแตกต่างในสภาพแวดล้อม และลักษณะความเป็นอยู่ที่แตกต่างกัน ดังนั้นสมควรที่จะมีการศึกษาในเรื่องดังกล่าวนี้ให้ชัดเจนต่อไป

5. จากการค้นพบว่าปัจจัยด้านการยอมรับตนเอง และปัจจัยแวดล้อมมีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ สะท้อนให้เห็นว่าเป็นสิ่งจำเป็นที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องสร้างความเข้าใจให้ผู้สูงอายุรับรู้ในเรื่องความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ และชีวภาพที่เกิดขึ้นกับตนเอง สมรรถนะ กำลังวังชาที่ลดน้อยลงเสื่อมถอยไปตามวัย เช่นเดียวกับปัจจัยแวดล้อมซึ่งจะเกี่ยวข้องกับคนในครอบครัว ญาติและมิตร ดังนั้นผู้ครอบครัวยุคเหล่านี้ควรมีการสร้างบรรยากาศให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกทางจิตใจที่ดี มีความสุขในการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพต่อไป

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากการศึกษาพบว่าความพึงพอใจของผู้สูงอายุทั้งในด้านปัจจัยแวดล้อม ด้านการมีชีวิตที่ดี ด้านแหล่งข้อมูลส่วนบุคคล ด้านการยอมรับตนเองและด้านการใช้ชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างมากจนถึงมาก แต่อย่างไรก็ตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุยังไม่ถึงระดับมากที่สุด ซึ่งแสดงให้เห็นว่าหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีแนวทางหรือมาตรการการพัฒนาความพึงพอใจในการใช้ชีวิตให้กับผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจทำโดยผ่านสื่อกลางคือชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุข สุขใจในการใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณภาพต่อไป

2. ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่การยอมรับตนเอง และปัจจัยแวดล้อม ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องสร้างความเข้าใจให้ผู้สูงอายุรับรู้ในเรื่องความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ และชีวภาพที่เกิดขึ้นกับตนเอง สมรรถนะ กำลังวังชาที่ลดน้อยเสื่อมถอยไปตามวัย ในขณะที่ความพึงพอใจของผู้สูงอายุด้านปัจจัยแวดล้อม จะเกี่ยวข้องกับคนในครอบครัว ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน การพบปะมิตรสหาย กิจกรรมยามว่าง การได้รับการยอมรับจากนับถือจากผู้คน ดังนั้นชุมชนควรมีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมตลอดจนการสร้างบรรยากาศให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกทางจิตใจที่ดี มีความสุขในการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพต่อไป

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาปัจจัยหรือองค์ประกอบที่สัมพันธ์และมีผลต่อการพัฒนาความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ที่ได้สารสนเทศและความรู้ที่ก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต และความเป็นอยู่ที่ดีให้กับผู้สูงอายุต่อไป

2. ควรมีการวิเคราะห์และหาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ กับลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ เช่น เพศ อายุ การศึกษา รายได้ รายจ่าย และอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามปลายเปิดที่มีประเด็นในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการทบทวนและสังเคราะห์วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นผลที่ได้จาก

การวิเคราะห์หรือที่ได้มา อาจยังไม่ครอบคลุมมิติด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นควรมีการเก็บรวบรวม โดยใช้เครื่องมือในลักษณะอื่น ๆ เพิ่มเติมเพื่อยืนยันผลให้แน่ชัดอีกครั้งหนึ่งต่อไป