

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรับรู้คุณค่าของตนเอง และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร Social Participation, Self-Esteem and Life Satisfaction of the Elderly at Jatuchak District in Bangkok Metropolitan

ภัทรดา อุ่นกมล¹

Patrada Aunkamol

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ระดับการรับรู้คุณค่าของตนเองและระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ 2) ศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และ 4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้คุณค่าของตนเองกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร จำนวน 237 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test ค่า F-test การวิเคราะห์การแปรปรวนทางเดียว การทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธี LSD และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01

ผลการวิจัยพบว่า 1) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง การรับรู้คุณค่าของตนเองของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูง และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูง 2) ผู้สูงอายุที่มีเพศ อายุ ภาวะสุขภาพ และการได้รับการดูแลแตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน ยกเว้นผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษา รายได้ สถานภาพการครองคู่ บทบาททางสังคม และระยะเวลา ในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุแตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 4) การรับรู้คุณค่าของตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรับรู้คุณค่าของตนเอง ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

¹นักศึกษาลัทธิปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาชุมชน คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ

Master's degree student in Community Psychology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University, Bangkok.

Corresponding author e-mail: patradaa@gmail.com

Article history: Received 17 December 2018, Revised 2 January 2019, Accepted 11 January 2019

Abstract

The objectives of this research were 1) to study the level of social participation, self-esteem and life satisfaction of the elderly, 2) to compare life satisfaction of the elderly by personal factors, 3) to study a relationship between social participation with life satisfaction of the elderly, and 4) to study the relationship between self-esteem and life satisfaction of the elderly. The samples in this research were 237 elders of the elderly club in Jatuchak district, Bangkok Metropolitan. The research tools were questionnaires analyzed by a statistical package program. The statistical methods used for analysis were percentage, means, standard deviations, t-test, F-test, least-significant difference and Pearson's product moment correlation coefficient. The statistical significance were set at .05 and .01 level of confidence.

The results were as follow: 1. social participation of the elderly was at the moderate level, self-esteem of the elderly was at the high level and life satisfaction of the elderly was at the high level. 2.the elderly different in gender, ages, health status and care providing have not be different in life satisfaction, exceptional the elderly different in education level, monthly income, marital status, social status, duration of joining an elderly club have been different in life satisfaction with the statistical significant at .01 level 3. the social participation was positively correlated to life satisfaction of elderly with the statistical significant at .01 level, 4) the self-esteem was positively correlated to life satisfaction of elderly with the statistical significance at .01 level.

Keywords: *Social participation, Self-esteem, Life satisfaction of the elderly*

บทนำ

ในศตวรรษนี้การก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นทั่วโลก อันเป็นผล สืบเนื่องมาจากการที่อัตราการเกิดของแต่ละประเทศลดต่ำลง ในขณะที่ผู้คนมีอายุยืนยาวขึ้นโดยประชากรไทยมีอายุสูงขึ้นมาก จากข้อมูลการวิเคราะห์แนวโน้มของประชากรสูงวัยทั่วโลกคาดว่าในปี 2030 จะมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป 1,402 ล้านคน หรือร้อยละ 16.5 ของประชากร (HelpAge International. 2015) ระหว่างปีค.ศ. 2017 และ 2050 จำนวนคนที่มีอายุ 60 ปีหรือ 60 ปีขึ้นไปในประเทศที่กำลังพัฒนาคาดว่าจะเพิ่มขึ้นมากกว่าสองเท่า จาก 652 ล้านคน เป็น 1.7 พันล้านคน ในขณะที่ประเทศพัฒนาแล้ว คาดว่าผู้สูงอายุจะมีจำนวนเพิ่มขึ้นร้อยละ 38 และคาดการณ์ว่าในปี 2050 จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นร้อยละ 79 ของประชากรโลกอายุและอาศัยอยู่ในประเทศที่กำลังพัฒนา (United Nations. 2017) ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติที่คาดการณ์ว่าอีก 6 ปีข้างหน้า พ.ศ.2566 นั้น ประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปในประเทศไทยจะมีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็น 14.1 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 21 ของประชากรทั้งหมด และประเทศไทยจะกลายเป็นประเทศที่เข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ ซึ่งการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุย่อมมีผลกระทบทั้งในระดับจุลภาคหรือระดับบุคคล และระดับมหภาคในการพัฒนาประเทศในอนาคต (สำนักงานคณะกรรมการ

พัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2554) ปัจจุบันผลกระทบที่มีต่อผู้สูงอายุมีทั้งในระดับจุลภาคหรือระดับบุคคล ผู้สูงอายุมักจะประสบกับภาวะถดถอยทั้งทางร่างกายและจิตใจ ส่งผลให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นบุคคลที่ต้องการการพึ่งพิงสูง หรือกระทั่งเป็นภาระของสังคม ในทางกลับกันการเพิ่มขึ้นของสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุ ย่อมส่งผลกระทบต่อพัฒนาเศรษฐกิจ การศึกษา ด้านแรงงาน ด้านสิ่งแวดล้อม และสวัสดิการผู้สูงอายุ ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยตรง ดังนั้นการเตรียมตัวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุที่มีความพร้อมกับการเปลี่ยนแปลงในบั้นปลายชีวิตเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้สูงขึ้น สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข สามารถพึ่งพาตนเองได้และไม่เป็นภาระของสมาชิกในครอบครัวหรือบุคคลอื่นในสังคม ซึ่งการเข้ามามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุ นั้น เป็นการสร้างความสัมพันธ์ การติดต่อสื่อสารระหว่างกัน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เผยแพร่ความรู้ พัฒนาความสนใจร่วมกันในกลุ่ม อันจะนำไปสู่การร่วมกันดำเนินการหรือทำกิจกรรมบางอย่าง เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย การรับรู้คุณค่าของตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของอัตมโนทัศน์ที่ถูกพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็กถึงวัยสูงอายุ การที่ผู้สูงอายุได้มีบทบาททางสังคม ยังคงทำงาน มีสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสังคม การได้แสดงศักยภาพ ความสามารถในการพึ่งพาตนเอง เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการรับรู้คุณค่าของตนเอง เนื่องจากในวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงและการสูญเสียต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นในชีวิต เช่น ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย สถานภาพสมรส อาชีพ และรายได้ บทบาทหน้าที่ (Thorson. 1995)

จากการที่ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารทางวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องและสอดคล้องกับงานวิจัยของ วารี กังใจ (2541); รัตนา สินธีรภาพ (2541); ชัยฤทธิ์ โภธิสุวรรณ (2544); ปริญญา โทมานะ (2548); ปานหทัย ปานสิทธิ์ (2554); สิริพร สุทธิญา (2550); ชญานี ไมเออร์ (2552); วันทนา กลิ่นงาม (2552) และจุฑารัตน์ แสงทอง (2557) แล้วนั้น ทำให้เกิดความสนใจที่จะศึกษาการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรับรู้คุณค่าของตนเอง และ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในเขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร อันจะเป็นประโยชน์ในการจัดทำนโยบายสนับสนุน วางแผนพัฒนารูปแบบหรือแนวทางการส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่างๆ การรับรู้คุณค่าตนเองของผู้สูงอายุ การประสานงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ระดับการรับรู้คุณค่าของตนเอง และระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้คุณค่าของตนเอง กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

สมมติฐานของการวิจัย

1. ผู้สูงอายุที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน
2. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
3. การรับรู้คุณค่าของตนเองมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

ขอบเขตของการวิจัย

1. ตัวแปรที่ศึกษา

1.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) ได้แก่

1.1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ภาวะทางสุขภาพ รายได้ สถานภาพการครองคู่ ผู้ดูแล บทบาททางสังคม ระยะเวลาในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

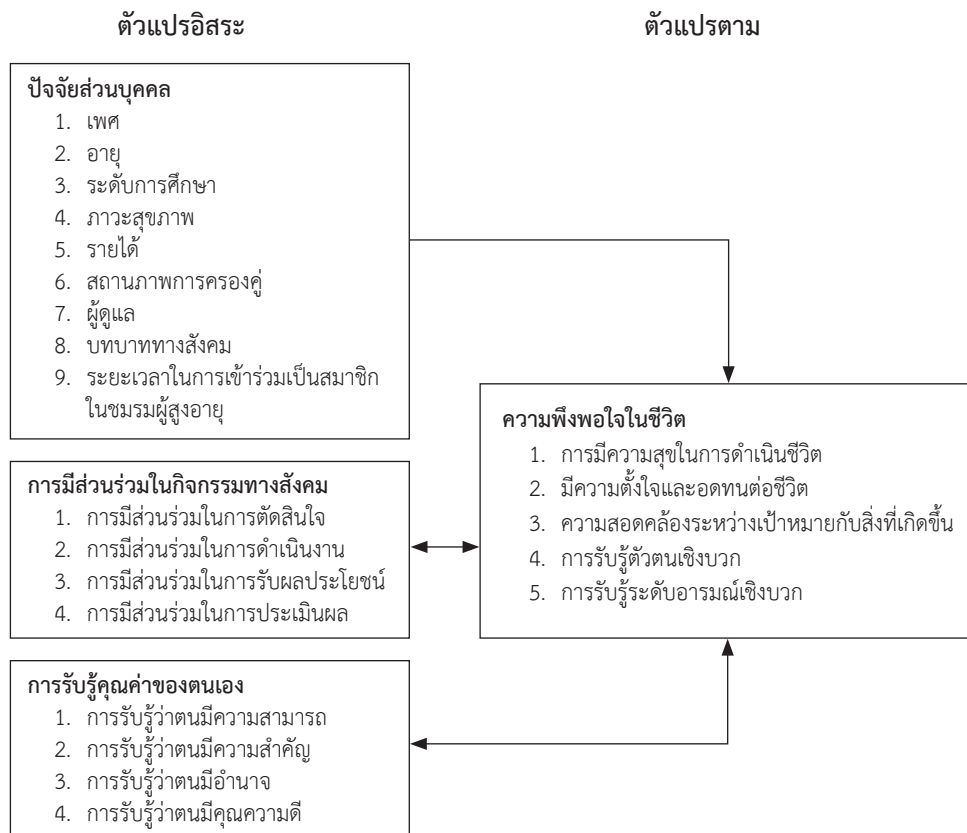
1.1.2 การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ตามแนวคิดของ Cohen and Uphoff (1980: 213-235) แบ่งเป็น 4 องค์ประกอบ ดังนี้ การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน การมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์ และการมีส่วนร่วมในการประเมินผล

1.1.3 การรับรู้คุณค่าของตนเอง ตามแนวคิดของ Coopersmith (1984: 4-5) แบ่งเป็น 4 องค์ประกอบ ดังนี้ การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ และการรับรู้ว่าคุณมีความดี

1.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิต ตามแนวคิดของ

Neugarten, Havighrest and Tobin (1961: 134-143) แบ่งเป็น 5 องค์ประกอบ ดังนี้ การมีความสุขในการดำเนินชีวิต มีความตั้งใจและอดทนต่อชีวิต ความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายกับสิ่งที่เกิดขึ้น การรับรู้ตัวตนเชิงบวก และการรับรู้ระดับอารมณ์เชิงบวก

กรอบแนวคิดที่ใช้วิจัย



ภาพที่ 1: กรอบแนวคิดที่ใช้วิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่เขตจตุจักรกรุงเทพมหานคร จำนวน 670 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร โดยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำการวิจัยตามขั้นตอนการคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม จากจำนวนประชากร ด้วยวิธีการคำนวณโดยใช้สูตรของ Yamane กำหนดค่าความคลาดเคลื่อน เท่ากับ .05 และ .01 และ ทำการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) และทำการสุ่มตัวอย่างแบบอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีการจับสลาก รายชื่อ ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 251 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่จะศึกษาและสอดคล้องแนวคิดทฤษฎีที่ได้ศึกษาค้นคว้ามา แบ่งเป็นทั้งหมด 4 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ส่วนที่ 3 สอบถามเกี่ยวกับการรับรู้คุณค่าของตนเอง ส่วนที่ 4 สอบถามเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต โดยแบบสอบถามเป็นแบบมาตราวัดประมาณค่า (Rating Scale) เลือกตอบได้ 5 ระดับ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ 1 หมายถึงเป็นจริงน้อยที่สุด 2 หมายถึงเป็นจริงน้อย 3 หมายถึงเป็นจริงปานกลาง 4 หมายถึงเป็นจริงมาก และ 5 หมายถึงเป็นจริงมากที่สุด เมื่อรวบรวมข้อมูลและแจกแจงความถี่แล้วจะใช้คะแนนเฉลี่ยในการแบ่งเป็น 3 ระดับ คือระดับสูง ระดับปานกลาง และระดับต่ำ มีความกว้างของอันตรภาคชั้นเท่ากับ 1.33 ผู้วิจัยตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้โดยการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha Coefficient ได้ผลดังนี้ แบบสอบถามการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมเท่ากับ .946 แบบสอบถามการรับรู้คุณค่าของตนเองเท่ากับ .964 และแบบสอบถามความพึงพอใจในชีวิตเท่ากับ .969

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic Analysis) เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปและปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviations)

3.2 การวิเคราะห์สถิติอนุมาน (Inferential Statistic Analysis)

3.2.1 การวิเคราะห์ค่า t-test ใช้เพื่อเปรียบเทียบทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของความพึงพอใจในชีวิตตามปัจจัยส่วนบุคคลที่แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม

3.2.2 การวิเคราะห์ค่า F-test ใช้เพื่อเปรียบเทียบทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย ของความพึงพอใจในชีวิต ตามปัจจัยส่วนบุคคลที่แบ่งออกเป็น 3 กลุ่มขึ้นไป โดยการวิเคราะห์การแปรปรวนทางเดียว (One Way Anova) และทดสอบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยวิธี LSD (Least-Significant Difference)

3.2.3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิต และการรับรู้คุณค่าของตนเองกับความพึงพอใจในชีวิต โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) โดยในการวิจัยครั้งนี้กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม

ระดับการรับรู้คุณค่าของตนเอง และระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนี้

จากตารางที่ 1 พบว่าผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.33 เมื่อพิจารณา การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมในรายด้านพบว่า ด้านการมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์อยู่ในระดับสูงเพียงด้านเดียว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81 ส่วนอีก 3 ด้านอยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.02 ด้านการมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.39 และด้านการมีส่วนร่วมในการประเมินผล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.12

ตารางที่ 1: ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมโดยรวมและรายด้านของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม	\bar{X}	S.D.	ระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม
ด้านการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ	3.02	0.97	ปานกลาง
ด้านการมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน	3.39	0.89	ปานกลาง
ด้านการมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์	3.81	0.82	สูง
ด้านการมีส่วนร่วมในการประเมินผล	3.12	1.01	ปานกลาง
รวม	3.33	0.81	ปานกลาง

จากตารางที่ 2 พบว่าผู้สูงอายุมีการรับรู้คุณค่าของตนเองโดยรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.87 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับที่สูง 3 ด้าน คือ ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าคุณความดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.20 ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าความสามารถ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าตนมีความสำคัญ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.72 ตามลำดับ ส่วนด้านการรับรู้ว่าคุณค่าตนมีอำนาจอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.60

ตารางที่ 2: ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการรับรู้คุณค่าของตนเองโดยรวมและรายด้านของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การรับรู้คุณค่าของตนเอง	\bar{X}	S.D.	ระดับการรับรู้คุณค่าของตนเอง
ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.91	0.72	สูง
ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.72	0.78	สูง
ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.60	0.79	ปานกลาง
ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดี	4.20	0.72	สูง
รวม	3.87	0.65	สูง

จากตารางที่ 3 พบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84 เมื่อพิจารณาความพึงพอใจในชีวิตเป็นรายด้าน พบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับสูงทุกด้าน คือ ด้านการมีความสุขในการดำเนินชีวิต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.94 ด้านการรับรู้ระดับอารมณ์เชิงบวก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 ด้านความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.85 ด้านการรับรู้ตัวตนเชิงบวก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77 และด้านการมีความมั่นคงและอดทนต่อชีวิต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.69 ตามลำดับ

ตารางที่ 3: ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวมและรายด้านของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ความพึงพอใจในชีวิต	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจในชีวิต
1.1 ด้านการมีความสุขในการดำเนินชีวิต	3.94	0.72	สูง
1.2 ด้านการมีความมั่นคงและอดทนต่อชีวิต	3.69	0.70	สูง
1.3 ด้านความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง	3.85	0.72	สูง
1.4 ด้านการรับรู้ตัวตนเชิงบวก	3.77	0.76	สูง
1.5 ด้านการรับรู้ระดับอารมณ์เชิงบวก	3.91	0.72	สูง
รวม	3.84	0.64	สูง

2. ผลการศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

พบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่มีอายุแตกต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน และในช่วงอายุ 80-89 ปี มีระดับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมสูงที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.88) ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาแตกต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผู้ที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า มีระดับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมสูงที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.16) ผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพแตกต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,001 บาทขึ้นไป/เดือน มีระดับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมสูงที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.05) ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพการครองคู่ต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้สูงอายุที่มีสถานภาพโสดมีระดับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมสูงที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ

4.08) ผู้สูงอายุที่มีผู้ดูแลต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่มีบทบาททางสังคมต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยผู้สูงอายุที่มีบทบาททางสังคมจะมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมและรายด้านสูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีบทบาททางสังคม ผู้สูงอายุที่มีระยะเวลาในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้สูงอายุที่เข้าร่วม 11 ปีขึ้นไป มีระดับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมสูงที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.97)

3. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

จากตารางที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐานความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ ($r=0.515$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ หมายความว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมสูง จะทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตสูงขึ้นตามไปด้วย

ตารางที่ 4: ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

(n=237)

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม	ความพึงพอใจในชีวิต					โดยรวม
	ด้านความสุขในการดำเนินชีวิต	ด้านความมั่นคงและอดทนต่อชีวิต	ด้านความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง	ด้านการรับรู้ตัวตนเชิงบวก	ด้านการรับรู้อารมณ์เชิงบวก	
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	
ด้านการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ	0.256 (.000)	0.288 (.000)	0.256 (.000)	0.202 (.000)	0.225 (.000)	0.267 (.000)
ด้านการมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน	0.444 (.000)	0.496 (.000)	0.544 (.000)	0.456 (.000)	0.449 (.000)	0.535 (.000)
ด้านการมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์	0.436 (.000)	0.373 (.000)	0.453 (.000)	0.393 (.000)	0.464 (.000)	0.465 (.000)
ด้านการมีส่วนร่วมในการประเมินผล	0.345 (.000)	0.407 (.000)	0.419 (.000)	0.339 (.000)	0.338 (.000)	0.413 (.000)
โดยรวม	0.446 (.000)	0.470 (.000)	0.517 (.000)	0.432 (.000)	0.453 (.000)	0.515 (.000)

จากตารางที่ 5 ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้คุณค่าของตนเองกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า การรับรู้คุณค่าของตนเองโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ ($r=0.724$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ หมายความว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการรับรู้คุณค่าของตนเองสูง จะทำให้ความพึงพอใจในชีวิตสูงขึ้นตามไปด้วย

ตารางที่ 5: ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้คุณค่าของตนเองกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

(n=237)

การรับรู้คุณค่า ของตนเอง	ความพึงพอใจในชีวิต					โดยรวม
	ด้านการ มีความสุข ในการ ดำเนิน ชีวิต	ด้านการ มีความ มั่นคงและ อดทนต่อ ชีวิต	ด้านความ สอดคล้อง ระหว่าง เป้าหมาย กับสิ่งที่เกิด ขึ้นจริง	ด้านการ รับรู้ ตัวตน เชิงบวก	ด้านการ รับรู้ ระดับ อารมณ์ เชิงบวก	
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	
ด้านการรับรู้ว่าตนมีความสามารถ	0.434 (.000)	0.396 (.000)	0.462 (.000)	0.498 (.000)	0.531 (.000)	0.521 (.000)
ด้านการรับรู้ว่าตนมีความสำคัญ	0.552 (.000)	0.465 (.000)	0.596 (.000)	0.553 (.000)	0.636 (.000)	0.621 (.000)
ด้านการรับรู้ว่าตนมีอำนาจ	0.531 (.000)	0.517 (.000)	0.661 (.000)	0.585 (.000)	0.626 (.000)	0.658 (.000)
ด้านการรับรู้ว่าตนมีคุณความดี	0.617 (.000)	0.491 (.000)	0.598 (.000)	0.618 (.000)	0.669 (.000)	0.657 (.000)
โดยรวม	0.634 (.000)	0.551 (.000)	0.694 (.000)	0.657 (.000)	0.722 (.000)	0.724 (.000)

สรุปและอภิปรายผล

1. ผลการวิจัยพบว่าการศึกษามีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการตัดสินใจคิดวิเคราะห์ปัญหาต่าง ๆ การเข้าร่วมดำเนินงาน และการมีส่วนร่วมในการประเมินผลติดตามแผนงานที่ได้วางไว้ พิจารณาอุปสรรคของการจัดกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง ด้วยข้อจำกัดด้านปัจจัยส่วนบุคคล เช่น การมีรายได้น้อย ภาวะสุขภาพ ระดับการศึกษา สถานภาพการครองคู่ การได้รับการดูแล บทบาททางสังคม และระยะเวลาการเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับรัตนาสินีธรรมา (2541) ที่ได้ศึกษาตัวแปรที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลสมุทรปราการ พบว่าผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมของผู้สูงอายุกับเพื่อนหรือ

เพื่อนบ้านในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมน้อย และพบว่าผู้สูงอายุมีระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.33) ซึ่งสอดคล้องกับ ชญาณี ไมเออร์ (2552) ที่ได้ศึกษาการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในจังหวัดปทุมธานี ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง

2. ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า การรับรู้คุณค่าของตนเองโดยรวมอยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.87) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุประเมินตนเองว่ามีความสามารถ มีคุณความดี สามารถยอมรับต่อสภาพของตน ทั้งด้านความคิด ทักษะคติ การดำรงชีวิต นับถือตนเอง มีความรู้สึกในเชิงบวกต่อตนเอง รู้สึกภูมิใจเมื่อได้ทำประโยชน์หรือสิ่งต่างๆ ที่ส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย สังคม สถานะทางเศรษฐกิจ บทบาทหน้าที่ที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งต้องมีการปรับตัวอย่างสูง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Coopersmith (1984) ซึ่งให้ความหมายของการรับรู้คุณค่าของตนเองว่า ความรู้สึกหรือการรับรู้ที่มีต่อตนเองว่ามีคุณค่าและมีประโยชน์ มีความสามารถ มีคุณความดีและมีอำนาจ มีความสำคัญทั้งต่อตนเองและผู้อื่นโดยประเมินจากตนเองและข้อมูลจากคนรอบข้าง โดยผู้สูงอายุที่มีการรับรู้คุณค่าของตนเองสูงมักจะกล้าเผชิญกับปัญหา มองว่าปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทาย มองโลกในแง่บวก สอดคล้องกับความพึงพอใจในชีวิตด้านความมั่นคงและอดทนต่อชีวิตที่สามารถยอมรับและต่อสู้กับปัญหา ใช้ศาสนาเป็นเครื่องจรรโลงจิตใจ ส่งผลให้มีการรับรู้ระดับอารมณ์เชิงบวก ร่าเริง สนุกสนาน ประพฤติตนเป็นคนดีเป็นแบบอย่างแก่ลูกหลาน ปรับตัวเข้ากับยุคสมัยปัจจุบัน มีเป้าหมายที่สอดคล้องกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง ผู้สูงอายุที่รับรู้คุณค่าตนเองในระดับสูง จะเป็นบุคคลที่มีความสุขในการดำรงชีวิต และมีความพึงพอใจในชีวิต สอดคล้องกับผลวิจัยของ วารี กังใจ (2541) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองความสามารถในการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี พบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต

3. ความพึงพอใจในชีวิตเป็นสิ่งที่พึงปรารถนาของผู้สูงอายุเพราะเป็นองค์ประกอบสำคัญในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในบั้นปลายชีวิตและสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพชีวิต ความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการที่ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองต่อความพึงพอใจขั้นพื้นฐาน มีความรู้สึกที่ดีต่อความเป็นอยู่ของตนเอง และรับรู้ว่าคุณค่าชีวิตของตนเองมีความหมาย ได้รับสิ่งต่างๆ ตามที่ตนเองคาดหวัง และมีทัศนคติต่อสิ่งต่างๆ รอบตัวในเชิงบวก โดยสอดคล้องกับแนวคิดของ Neugarten, Havighrest and Tobin (1961 อ้างใน อรุณช อุตมสมฤติ. 2550) ที่ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตว่าเป็นทัศนคติทางบวกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่างๆ ในชีวิตเป็นความรู้สึกต่อชีวิตของตนเอง ในเชิงบวก ความรู้สึกมีความสุขอันเกิดจากการใช้ชีวิตที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน หรือจากการประเมินประสบการณ์ของตนเองและได้รับผลเป็นที่พอใจ ทำให้ผู้สูงอายุมีความมั่นคง มีขวัญกำลังใจในการดำเนินชีวิต ยินดีต่อการมีชีวิตอยู่ของตนเอง มีความภาคภูมิใจกับความสำเร็จในการดำเนินชีวิตตามเป้าหมายและได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ตนเองต้องการ และผลการศึกษาในครั้งนี้ยังสอดคล้องกับ ชัยฤทธิ์ โพธิสุวรรณ (2544) ได้ศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข ภาค 2 กรุงเทพมหานคร พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจในชีวิตสูง และผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีสามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง มีการมองคุณค่าในตนเองสูงซึ่งสามารถเป็นที่พึ่งพาของผู้อื่นได้รับความเข้าใจ สนใจจากครอบครัว

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา

1. ชมรมผู้สูงอายุควรพิจารณาการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน และการมีส่วนร่วมในการประเมินผล ให้เพิ่มมากขึ้นเพื่อให้สมาชิกในชมรมผู้สูงอายุทุกคนได้มีส่วนร่วมในทุกด้าน
2. ชมรมผู้สูงอายุ ครอบครัว และบุคคลในสังคมควรส่งเสริมให้ตัวผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องสำคัญต่างๆ สอบถามความคิดเห็นหรือขอคำแนะนำในฐานะที่ท่านเป็นผู้อาวุโส ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีบทบาทหน้าที่ ช่วยเหลือ และรับผิดชอบงานบางอย่างที่เหมาะสม
3. ครอบครัว ผู้ดูแล และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีนโยบายในการส่งเสริมการมีทัศนคติที่ดีต่อการเป็นผู้สูงอายุ ส่งเสริมและให้ความรู้ รวมทั้งสนับสนุนให้เกิดกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ
4. ชมรมผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน สำนักงานเขตจตุจักร และหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมด้านสาธารณสุข การแพทย์ การให้ข้อมูลข่าวสาร ความรู้ การสร้างเครือข่ายทางสังคม การดำเนินงานจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีระดับอารมณ์ในเชิงบวก รับรู้ตัวตนเชิงบวก มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีการรับรู้คุณค่าของตนเอง มีความสุขในการดำเนินชีวิต ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตมากยิ่งขึ้น
5. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรที่จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานเพิ่มมากขึ้น
6. ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญ มุ่งเน้นและเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็น มีส่วนร่วมในการตัดสินใจในประเด็นสำคัญต่าง ๆ หรือมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา คอยรับฟัง และปฏิบัติตามข้อเสนอแนะ หรือคำขอของผู้สูงอายุ และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ด้วยตนเอง เพื่อสร้างการรับรู้ว่าตนมีอำนาจ ในการควบคุมตนเอง และบุคคลรอบข้าง รวมถึงสิ่งแวดล้อมรอบตัวได้
7. ชมรมผู้สูงอายุ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการจัดทำระบบฐานข้อมูลของสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ และข้อมูลทั่วไปของชมรมให้เป็นปัจจุบันอยู่เสมอ เพื่อสะดวกต่อการประชาสัมพันธ์ ข้อมูลข่าวสาร หรือประสานงานเครือข่ายในชมรม รวมถึงขยายช่องทางในการติดต่อสื่อสารกับสมาชิก

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทางจิตวิทยาอื่นๆกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เช่น การสนับสนุนทางสังคม ทุนทางสังคม ความเข้มแข็งในการมองโลก เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่หลากหลายและนำมาใช้ในการพัฒนาความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป
2. ควรขยายพื้นที่การศึกษาวิจัยเรื่องความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตพื้นที่อื่นๆภายในกรุงเทพฯ หรือจังหวัดอื่นๆ โดยกำหนดปัจจัยส่วนบุคคลและตัวแปรให้สอดคล้องกับเขตพื้นที่หรือสภาพทางสังคม เพื่อนำข้อมูลมาพัฒนาในการส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป
3. ควรทำการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกที่จะสามารถอธิบายความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ในหลายแง่มุม

เอกสารอ้างอิง

- จุฑารัตน์ แสงทอง. (2557). การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านบทบาทอาสาสมัคร. *สารอาศรมวัฒนธรรมวลัยลักษณ์*. 15 (2): 73-89.
- ชญาณี ไมเออร์. (2552). การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในจังหวัดปทุมธานี. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี*. 1 (1): 92-109.
- ชัยฤทธิ์ โทธิสุวรรณ. (2544). ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุขสุข ภาค 2 กรุงเทพมหานคร. *วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์*. 14 (3): 93-114.
- ปานหทัย ปานสิทธิ์ (2554). รูปแบบและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุในอำเภอปากพะยูนจังหวัดพัทลุง. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน). สงขลา: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. ถ่ายเอกสาร.
- ปริญญา โทมานะ. (2548). ความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุและปัจจัยเกี่ยวพันอื่นๆ. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*. 13 (1): 28-37.
- รัตนา สนิธิธรรมา. (2541). ตัวแปรที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วันทนา กลิ่นงาม. (2552). การมีส่วนร่วมของชุมชนในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดเพชรบุรี. *วารสารมนุษยสังคมปริทัศน์* 14 (2): 35-51.
- วารีย์ กังใจ. (2541). ความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเอง ความสามารถในการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. *วารสารคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*. 6 (1): 13-19.
- สิริพร สุทธิญา. (2550). พฤติกรรมการดูแลตนเองกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ในสวนรมณีนารถ กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2554). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบเอ็ด พ.ศ.2545-2564*. กรุงเทพมหานคร: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- อรนุช อุดมสมฤดี. (2550). สัมพันธภาพในครอบครัวกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครสวรรคร์ จังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Cohen, J.M., & Uphoff, N.T. (1980). *Participations Place in Rural Development: Seeking Clarity through Specificity*. New York: Longman.
- Coopersmith, S. (1984). *Self-Esteem Inventories*. San Fransico: Consulting Psychologist Press Inc.
- HelpAge International. (2015). *Global AgeWatch Index 2015 Insight report*. Retrieved on 5 January 2019, from <http://www.helpage.org>
- Neugarten, B.L., Havighurt, R.J., Tobin, S.S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *Journal of Gerontology*. 16: 134-143.
- Thorson, J.A. (1995). *Aging in Changing Society*. California: Wadsworth.
- United Nations. (2017). *World Population Ageing 2017: Highlights*. New York: United Nations Publication. Retrieved on 5 January 2019, from <http://www.un.org>