

# การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์

## The Self-Esteem of The Elderly Through Line Application

นวพร สุนนทะนาม\*

Nawaphorn Sunonthanam\*

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10330  
Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand 10330

### บทคัดย่อ

การวิจัย เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านแอปพลิเคชันไลน์ ทำการเปรียบเทียบ การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุภายในแอปพลิเคชันไลน์และในชีวิตจริง และเสนอแนะการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 385 คน ตามคุณสมบัติที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามปลายปิด วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน ประกอบด้วย การทดสอบตัวแปรที่เป็นอิสระ ต่อกัน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างกลุ่มแบบจับคู่และการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ สหพันธ์ของเพียร์สัน

การศึกษา พบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว (ค่าเฉลี่ย 3.25) มีระดับน้อยกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้ อาศัยอยู่คนเดียว (ค่าเฉลี่ย 3.90) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = -4.771, p = .000$ ) ความถี่ในการใช้งานแต่ละวัตถุประสงค์ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p = .000$ ) และผู้สูงอายุมีการรับรู้ ว่าตนมีความสำคัญภายในแอปพลิเคชันไลน์ (ค่าเฉลี่ย 3.83) สูงกว่าในชีวิตจริง (ค่าเฉลี่ย 3.73) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.715, p = .007$ ) ข้อเสนอแนะภาครัฐเพิ่มโอกาสในการเข้าถึงแอปพลิเคชันไลน์แก่ผู้สูงอายุ เพิ่มมาตรการป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบ จากการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ หน่วยงานเอกชนใช้แอปพลิเคชันไลน์เป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ของผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุควรมีการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์อย่างเหมาะสม

**คำสำคัญ:** ผู้สูงอายุ การเห็นคุณค่าในตนเอง แอปพลิเคชันไลน์

Corresponding Author: \*E-mail: ploynavaporn@gmail.com

นิสิตหลักสูตรสหสาขาวิชาพัฒนามนุษย์และสังคม บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วันที่รับ (received) 19 ก.พ. 62 วันที่แก้ไขเสร็จ (revised) 24 พ.ค. 62 วันที่ตอบรับ (accepted) 4 มิ.ย. 62

## Abstract

This research purpose to study factors that influence the self-esteem of the elderly through the LINE application, to compare the self-esteem of the elderly between using LINE application and using real-life experience, and to recommend the positive attitudes about self-esteem of the elderly through line application. The sample consisted of 385 people select the sample according to the qualifications. Questionnaires were used as a data collection tool. Data were analyzed using descriptive statistics and inferential statistics consist of independent T-tests, One-way ANOVA, Paired Samples T-Test and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient.

The study found that self-esteem of the elderly living alone was statistically significant lower than the elderly who did not live alone ( $p = .000$ ). Frequency of using each function was found to have statistically significant relationship with level of self-esteem ( $p = .000$ ). By comparing the total scores from the assessment between LINE application and real-life experience group, LINE application group statistical significance perceived more significant than real-life experience with mean 3.83 and 3.73, respectively ( $t = 2.715$ ,  $p = .007$ ). Recommendations for further research should be studied in other areas where the context is different. The government sector should increase the opportunity to access and awareness in LINE application. Private sectors use LINE application as a tool to enhance self-esteem of the elderly. Finally, the elderly should have proper use of the application line.

**Keywords:** Elderly, Self-esteem, LINE application

## บทนำ

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรได้นำพาโลกเข้าสู่ศตวรรษแห่ง “สังคมผู้สูงอายุ” จากสถิติผู้สูงอายุทั่วโลกที่รวบรวมโดยกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ และองค์การเฮลท์เพอจ อินเตอร์เนชันแนล พบว่ามีผู้สูงอายุฉลองวันเกิดครบรอบ 60 ปี มากถึงวินาทีละ 2 คน<sup>1</sup> ประเทศพัฒนาแล้วกลายเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์แล้วแทบทุกประเทศ ในขณะที่ประเทศกำลังพัฒนามีทั้งที่กลายเป็นสังคมสูงอายุแล้วและกำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างรวดเร็ว<sup>2</sup> จึงอาจเรียกได้ว่าสังคมสูงอายุ คือชัยชนะที่เป็นผลพวงจากการพัฒนาต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเทคโนโลยีทางการแพทย์ โภชนาการ สุขภาพ การศึกษา และเศรษฐกิจ ทำให้ประชากรมีอายุที่ยืนยาวมากขึ้น

ปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่ “สังคมสูงอายุ” (Aging society) ตามคำนิยามของสหประชาชาติเป็นที่เรียบร้อยแล้ว โดยมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 แต่การคาดประมาณประชากร ณ กลางปี พ.ศ. 2561 เป็นปีแรกที่ประเทศไทยมีจำนวนประชากรวัยเด็กน้อยกว่าประชากรวัยสูงอายุ คิดเป็นสัดส่วนเท่ากับร้อยละ 17.25 และ 17.77 ของ

ประชากรทั้งหมดตามลำดับ โดยเฉพาะในระยะเวลาย้อนไกลภายในปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่ “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” (Complete Aged society) ซึ่งจะมีประชากรสูงอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20 ของจำนวนประชากรทั้งหมด<sup>3</sup> อย่างไรก็ตามชัยชนะจากการพัฒนาดังกล่าวได้สร้างปรากฏการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างทางเศรษฐกิจ สังคมโดยรวมทั้งในระดับจุลภาคและระดับมหภาคอย่างชัดเจนมากขึ้นเรื่อยๆ ส่งผลให้การลงทุนและการออมลดต่ำลง แต่กลับมีค่าใช้จ่ายทางด้านสาธารณสุข และค่าใช้จ่ายทางด้านสวัสดิการบริการสังคมต่างๆเพิ่มมากขึ้น

สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นจึงสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการเตรียมความพร้อมด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดนโยบายตลอดจนแผนการพัฒนาประเทศให้สอดคล้องรับมือกับสังคมผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมักจะประสบปัญหาถดถอยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ จากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559 พบว่าผู้สูงอายุจำนวนมากมีปัญหาสุขภาพร่างกาย พบโรคเรื้อรังชนิดไม่ติดต่อ เช่น โรคความดันโลหิตสูง, โรคเบาหวาน, โรคหัวใจและหลอดเลือด และโรคเมเร็ง ทั้งยังมีแนวโน้มที่จะมีสมรรถภาพของร่างกาย

ถดถอยลง<sup>1</sup> ผู้สูงอายุมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาที่ลดน้อยลง สูญเสียความจำได้ง่าย ทั้งยังพบอุบัติการณ์โรคสมองเสื่อม อัลไซเมอร์เพิ่มมากขึ้น<sup>4</sup>

สิ่งสำคัญที่ตามมาจากการเผชิญกับโรคภัยต่างๆ คือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ<sup>5,6,7</sup> จากข้อมูลสถิติการฆ่าตัวตายสำเร็จ<sup>8</sup> หนึ่งในปัญหาของการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจพบว่าเกิดขึ้นในผู้สูงอายุเป็นลำดับที่ 2 รองมาจากวัยทำงาน โดยมีสาเหตุหลักมาจากโรคซึมเศร้า ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายมีสมรรถภาพเสื่อมถอยลง การสูญเสียหรือพลัดพรากจากบุคคลในครอบครัวอันเป็นที่รัก หรือการเปลี่ยนแปลงบทบาทหรือสถานะทางสังคมอย่างการเกษียณอายุออกจากงาน ซึ่งส่งผลด้านลบต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ มีอารมณ์แปรปรวน รู้สึกท้อแท้ เครียด วิตกกังวล รู้สึกตนเองเป็นภาระ โดดเดี่ยว ถูกทอดทิ้งจากสังคม ไม่มีความสุขในการดำรงชีวิต หรือความพึงพอใจในชีวิตลดน้อยลงซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จึงจำเป็นที่จะหาแนวทางในการส่งเสริมคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเพื่อไม่ให้เกิดสถานะเช่นนี้ ในขณะที่สถิติผลสำรวจการใช้งานอินเทอร์เน็ตพบว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ย 8.5 ชั่วโมงต่อวัน และนิยมใช้สื่อสังคมออนไลน์ชนิดเครือข่ายสังคมอย่างแอปพลิเคชันไลน์มากที่สุด<sup>9</sup> สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมนี้ โดยมีวัตถุประสงค์หลักในการใช้งานเพื่อการติดต่อสื่อสารกับบุคคลในครอบครัว หรือบุคคลที่อยู่ห่างไกล อีกทั้งการใช้แอปพลิเคชันไลน์ยังเป็นประโยชน์ ช่วยแสดงถึงการคงอยู่ของตนเอง สามารถแสดงความหวังใด้ด้วยการส่งข้อความ หรือภาพที่มีข้อความที่เตือนใจให้แก่ผู้อื่น ช่วยให้รู้สึกรับรู้ตนเองในเชิงบวก มีความทันสมัยเหมือนวัยรุ่น มีอารมณ์ที่ดี ไม่รู้สึกเหงา มีจุดยืนในสังคม และมีความภาคภูมิใจในตนเอง<sup>10,11</sup> จึงเป็นที่น่าสนใจว่าการใช้แอปพลิเคชันไลน์จะช่วยส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้ไม่น้อยไปกว่าในชีวิตจริง ดังนั้นเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านปรากฏการณ์ทางสังคมที่อยู่ใกล้ตัว อย่างการใช้แอปพลิเคชันไลน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพื้นที่ในกรุงเทพมหานครที่มีจำนวนผู้สูงอายุมากที่สุดในประเทศไทย คิดเป็นร้อยละ 8.3

ของประชากรวัยสูงอายุทั้งหมดในประเทศ<sup>12</sup> มีปริมาณการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตสูงที่สุดในประเทศไทย<sup>13</sup> และยังมีมุ่งหวังเป็นมหานครอัจฉริยะ สนับสนุนประชาชน สู่พลเมืองดิจิทัล ผู้วิจัยจึงเลือกผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ที่มีประสบการณ์ในการใช้แอปพลิเคชันไลน์ มาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง และเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ กับชีวิตจริง เพื่อสร้างข้อเสนอแนะในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับสถานการณ์ทางสังคมปัจจุบัน เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ได้อย่างเป็นประโยชน์ มีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ และยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดียิ่งขึ้น

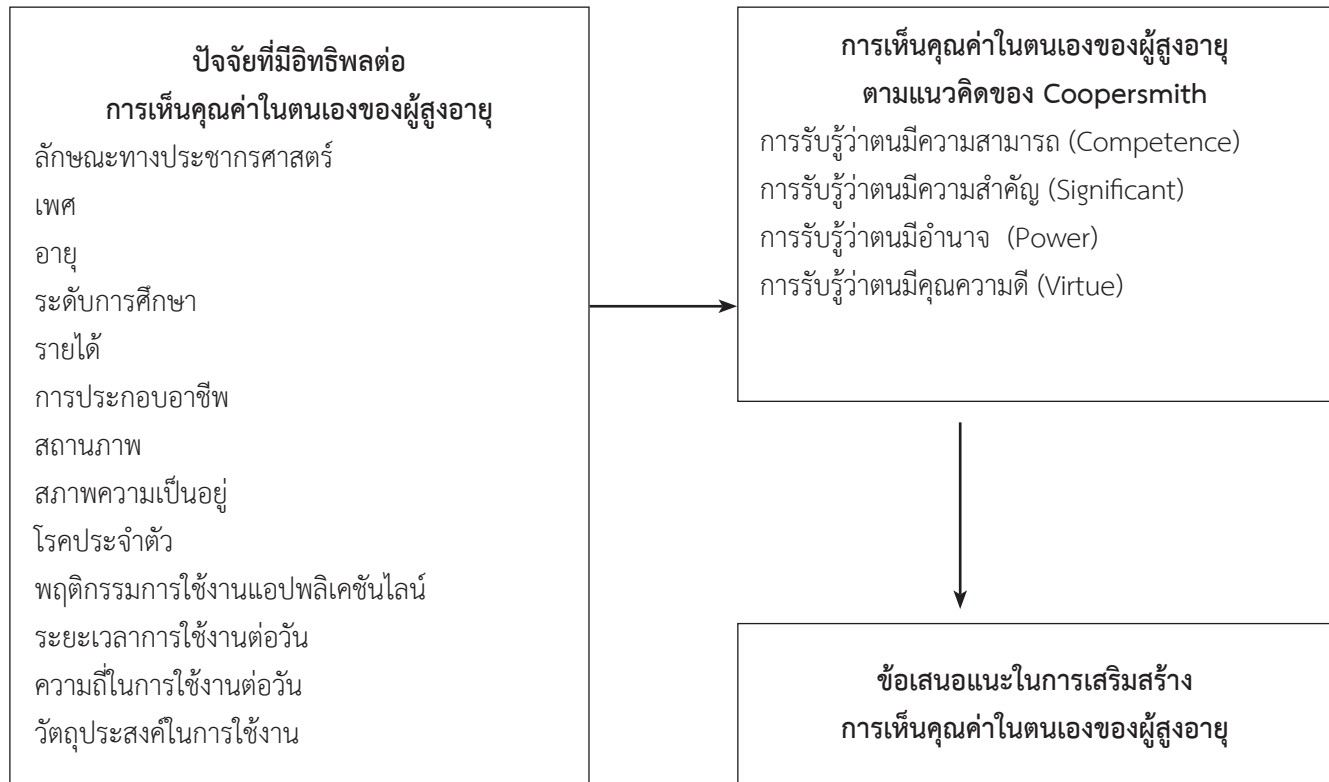
### คำถามการวิจัย

1. ปัจจัยทางประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุหรือไม่ อย่างไร
2. พฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ อย่างไร
3. การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง แตกต่างกันหรือไม่
4. การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์จะสามารถเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้อย่างไร

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านปัจจัยทางประชากรศาสตร์
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
3. เพื่อศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง
4. เพื่อเสนอแนะการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์

**กรอบแนวคิดในการวิจัย**



**วิธีการดำเนินการวิจัย**

งานวิจัยชิ้นนี้เป็นการเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีระเบียบวิธีเชิงสำรวจ (Survey study) โดยเป็นการตอบแบบสอบถาม (Questionnaires) ของผู้สูงอายุผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

**ประชากร**

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งประเด็นศึกษาการสร้างคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ผู้วิจัยจึงกำหนดขอบเขตการวิจัย โดยการเก็บข้อมูลการตอบแบบสอบถามจากผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปทั้งเพศชายและหญิง อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร และมีประสบการณ์การใช้แอปพลิเคชันไลน์กลุ่มตัวอย่าง

ผู้ศึกษาได้ใช้สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างของ W.G. Cochran ในกรณีที่ไม่ทราบขนาดของประชากรได้จำนวน 385 คน โดยเลือกแผนการสุ่มตัวอย่างแบบมีชั้นภูมิ (Stratified Sampling) โดยแบ่งกลุ่มตามที่ตั้งของพื้นที่เขตในกรุงเทพมหานคร จะได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละพื้นที่ทั้ง 3 พื้นที่เป็นจำนวนที่เท่ากัน ดังนั้นเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน

จำนวน 129 คน เขตกรุงเทพมหานครชั้นกลางจำนวน 128 คน เขตกรุงเทพมหานครชั้นนอกจำนวน 128 คน

**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปลายปิด (Close-ended question) จำนวน 73 ข้อ ที่ประยุกต์มาจากการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ ศึกษาข้อมูลจากเอกสารเชิงวิชาการ บทความ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

**คุณภาพของเครื่องมือ**

คุณภาพของเครื่องมือแบบสอบถามเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ จากที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น จำนวน 73 ข้อ ผ่านการประเมินความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน จำนวน 39 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ค่า IOC เท่ากับ 1.00 และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha coefficient method) มีค่าเท่ากับ .953

### การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รับการอนุมัติให้เก็บข้อมูลผู้สูงอายุกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง กลุ่มตัวอย่างสามารถปฏิเสธหรือยกเลิกการเข้าร่วมได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ และข้อมูลทุกอย่างจะถูกเก็บเป็นความลับ โดยปฏิบัติตามหลักการพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่างทุกขั้นตอนตามที่ผู้วิจัยได้ผ่านการอบรม จริยธรรมการวิจัยในคน สำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ ศูนย์ส่งเสริมจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหิดล ได้รับประกาศนียบัตรตามหนังสืออนุมัติเลขที่ 1/2562 ลงวันที่ 22 มกราคม 2562

### การวิเคราะห์ทางสถิติ

สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณสำหรับการวิจัยนี้ ประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน โดยมีรายละเอียดดังนี้

สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เป็นการใช้ค่าสถิติ โดยการหาค่าความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน โดยใช้การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสำหรับประชากรกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (Independent t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Anova) การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านการใช้ออปพลิเคชันไลน์

การเห็นคุณค่าในตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.85	.68	สูง
- การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ (Competence)	3.70	.81	สูง
- การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ (Significant)	3.83	.78	สูง
- การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ (Power)	3.69	.81	สูง
- การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี (Virtue)	4.18	.75	สูง

ตารางที่ 1 ผู้สูงอายุมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง อยู่ระดับสูงในทุกด้าน เมื่อพิจารณาลักษณะทางประชากรศาสตร์ ที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยใช้สถิติ Independent t-test และ One-Way ANOVA พบว่าเพศ อายุ สถานะทางการเงิน สถานะการออม ภาวะหนี้สิน อาชีพก่อน

และการทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปรแบบจับคู่ (Paired Samples T-Test) โดยมีระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .05

### ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 385 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 64.2 เป็นผู้สูงอายุวัยต้น คือ มีอายุตั้งแต่ 60 ถึง 69 ปี (ร้อยละ 88.0) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป (ร้อยละ 32.3) ในด้านฐานะความเป็นอยู่มากกว่าครึ่งหนึ่งของ ผู้สูงอายุไม่มีปัญหาทางการเงิน (ร้อยละ 75.3) มีเงินออมพอใช้ไปตลอด (ร้อยละ 53.0) และไม่มีหนี้สิน (ร้อยละ 66.5) ก่อนเกษียณอายุงานผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว (ร้อยละ 24.2) และไม่ได้ทำงาน แล้วในปัจจุบัน (ร้อยละ 44.7) มีสถานภาพสมรส (ร้อยละ 53.2) และส่วนใหญ่อยู่อาศัยร่วมกันทั้งคู่สมรสและ บุตรหลาน (ร้อยละ 27.8) ผู้สูงอายุมีภาวะสุขภาพที่ดี คือ ไม่มีโรคประจำตัวมากถึง 236 คน (ร้อยละ 61.3) โดยเฉลี่ยจะมีการเข้าใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ทุกวัน (ร้อยละ 86.8) ใช้งานตลอดทั้งวัน (ร้อยละ 46.2) มี ระยะเวลาใช้งานโดยรวมน้อยกว่า 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 43.9) ส่วนของวัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ พบว่าวัตถุประสงค์ที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้งานระดับมาก คือ เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว (ค่าเฉลี่ย 3.80) เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท (ค่าเฉลี่ย 3.63) เพื่อติดตามข่าวสาร (ค่าเฉลี่ย 3.55) เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกของกลุ่ม (ค่าเฉลี่ย 3.48) และเพื่อติดต่อธุระ (ค่าเฉลี่ย 3.41)

เกษียณ อาชีพในปัจจุบัน และภาวะสุขภาพที่ไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ การเห็นคุณค่าในตนเอง ของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว (ค่าเฉลี่ย 3.34) มีระดับน้อยกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้อาศัยอยู่คนเดียว (ค่าเฉลี่ย 3.90) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง

พฤติกรรมการใช้งานและการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ พบว่าระยะเวลาและความถี่ในการใช้งานที่แตกต่างกัน ไม่ทำให้ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน ในด้านวัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ วิเคราะห์โดยใช้สถิติ Pearson's Product Moment Correlation พบว่าความถี่ในการใช้งาน เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนสนิท เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่ เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดี และเพื่อแสดงความเป็นสมาชิกของกลุ่ม มีความสัมพันธ์ในทิศทาง

เดียวกันในระดับปานกลางกับการเห็นคุณค่าใน ตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความถี่ในการใช้งานเพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต เพื่อติดต่อธุระ เพื่อติดตามข่าวสาร เพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราว และเพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน ในระดับน้อยกับการเห็นคุณค่าในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้ความถี่ในการใช้งาน เพื่อ เล่นเกมออนไลน์ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุแต่อย่างใด

**ตารางที่ 2** แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง

การเห็นคุณค่าในตนเอง		$\bar{X}$	S.D.	t	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ภายในแอปพลิเคชันไลน์ชีวิตจริง	3.85	.679	.957	.339
		3.82	.663		
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	ภายในแอปพลิเคชันไลน์ชีวิตจริง	3.70	.808	.079	.937
		3.70	.821		
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ภายในแอปพลิเคชันไลน์ชีวิตจริง	3.83	.781	2.715	.007*
		3.73	.839		
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ภายในแอปพลิเคชันไลน์ชีวิตจริง	3.69	.812	-.406	.685
		3.70	.805		
การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	ภายในแอปพลิเคชันไลน์ชีวิตจริง	4.18	.753	.334	.738
		4.17	.747		

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้สูงอายุมิฉะนั้นรวมแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริงไม่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามระดับการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ ระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง เท่ากับ 3.83 และ 3.73 ตามลำดับ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### การอภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาอภิปราย ตามลักษณะกลุ่มตัวอย่าง และวัตถุประสงค์ได้ดังนี้ ปัจจัยทางประชากรศาสตร์ที่ส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ คือ ลักษณะการอยู่อาศัย การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเทียบ

กับผู้สูงอายุที่ไม่ได้อาศัยอยู่คนเดียว มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง สอดคล้องกับแนวคิดองค์ประกอบภายนอกต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง<sup>14</sup> ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ร่วมกับคนในครอบครัว ได้รับความ สนใจ ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม จะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่สูงกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพัง หรือมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวในเชิงลบ สารานุกรมไทยฉบับผู้สูงอายุ<sup>15</sup> ได้ระบุไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมทำให้ผู้สูงอายุต้องอยู่ลำพังกันมากขึ้น จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเหงา รู้สึกถูกทอดทิ้ง เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่คู่สมรสเสียชีวิตหรือบุตรหลานเสียชีวิตทำให้ต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยวมักจะมาด้วยอาการ ท้อแท้ ลึนหวัง รู้สึกไร้ค่า ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สะท้อนถึงการเห็นคุณค่าในตนเองที่ลดลง<sup>7,16,17</sup>

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งชี้ให้เห็นว่าระยะเวลาและความถี่ในการใช้งานที่แตกต่างกัน ไม่ทำให้ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน ในขณะที่เดียวกันการศึกษาผลกระทบของการใช้แอปพลิเคชัน Line ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอบางปะกง จังหวัดฉะเชิงเทรา<sup>18</sup> ได้กล่าวถึงผลกระทบที่เกิดจากการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ที่เป็นระยะเวลานาน จะส่งผลกระทบต่อด้านสุขภาพ ด้านการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว และด้านเวลา ในเรื่องความสัมพันธ์ของวัตถุประสงค์ในการใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่มีความถี่ของการใช้งานในแต่ละวัตถุประสงค์เพิ่มขึ้นมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เว้นเพียงแต่การเล่นเกมส์ออนไลน์ที่ไม่พบ ความสัมพันธ์แต่อย่างใด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทย ที่พบว่าหากผู้สูงอายุมีความถี่ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ มากขึ้น การรับรู้ตนเองในเชิงบวกจะมากขึ้นด้วย<sup>10</sup>

ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุนั้นระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง ไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูงสอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทยที่พบว่าผู้สูงอายุที่มีการใช้แอปพลิเคชันไลน์จะมีการรับรู้ตนเองเชิงบวกอยู่ในระดับสูง<sup>10</sup> อย่างไรก็ตามในการศึกษานี้พบว่าระดับการรับรู้ว่าคุณค่า มีความสำคัญภายในแอปพลิเคชันไลน์สูงกว่าในชีวิตจริง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากแอปพลิเคชันไลน์มีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีคนที่เข้ามาพูดคุยด้วย ทำให้ไม่รู้สึกละเลย ผู้สูงอายุได้รับคำอวยพรในวันสำคัญ ต่างๆ และได้รับการตอบกลับเวลาที่ผู้สูงอายุส่งความปรารถนาดีไปให้ ซึ่งเป็นคุณลักษณะหลักของแอปพลิเคชันไลน์ที่จัดทำขึ้นเพื่ออำนวยความสะดวกในการติดต่อสื่อสาร

สรุปได้ว่าแอปพลิเคชันไลน์มีส่วนช่วยในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ อันประกอบด้วย ความรู้สึกละเลยตนเองเป็นที่สนใจ ได้รับการยอมรับ ได้รับการตอบสนอง ได้รับการดูแลเอาใจใส่ ได้รับการช่วยเหลือ เป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น และถูกนับเป็นส่วนหนึ่งในสังคม อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุควรใช้งาน

แอปพลิเคชันไลน์ในระยะเวลาที่เหมาะสม เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบต่อด้าน สุขภาพ ด้านปฏิสัมพันธ์ และด้านเวลา

### ข้อเสนอแนะ

ภาครัฐควรเพิ่มโอกาสการเข้าถึงการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์แก่ผู้สูงอายุ ส่งเสริมเรื่องแพลตฟอร์มดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุ โดยเริ่มต้นจัดโครงสร้างขั้นพื้นฐานโดยรัฐ ให้มีอินเทอร์เน็ตและ wi-fi ทั่วถึง สำหรับกลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่สามารถเข้าถึงได้ ควรมีช่องทางในการเข้าถึงอุปกรณ์สื่อสารสมัยใหม่เพื่อรองรับสังคมสูงอายุ ให้ผู้สูงอายุทุกคนสามารถเข้าถึงการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ รับข้อมูลสุขภาพ ข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ตน สามารถติดต่อสื่อสารกับบุคคลรอบข้างได้ง่ายยิ่งขึ้น ตลอดจนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองจากการใช้แอปพลิเคชันไลน์ อีกทั้งมีมาตรการป้องกัน ร่วมพัฒนากับผู้พัฒนาแอปพลิเคชัน เกิดการสร้างแพลตฟอร์มที่เป็นมิตรแก่ผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุสามารถใช้งานได้ปลอดภัย และไม่ตกเป็นเหยื่อของผู้ไม่หวังดี รู้เท่าทันสื่อ (Media literacy) รู้ถึงประโยชน์และโทษของแอปพลิเคชันไลน์อย่างรอบด้าน ทั้งนี้ภาครัฐยังสามารถใช้แอปพลิเคชันไลน์เป็นช่องทางในการสื่อสารกับผู้สูงอายุได้

หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุ หรือสถานพยาบาล ที่พบผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ แอปพลิเคชันไลน์สามารถเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุนั้นร่วมกับวิธีหรือเครื่องมืออื่นๆ ได้ พัฒนาช่องทางการติดต่อสื่อสาร ให้สอดคล้องกับยุคสมัย ให้ความรู้ ความเข้าใจแก่ผู้สูงอายุผ่านแอปพลิเคชันไลน์

ผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำสามารถใช้แอปพลิเคชันไลน์เพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะในเวลาที่คุณค่าปรารถนาดีไปแล้วได้รับการตอบกลับมา การที่ตนได้รับคำอวยพรในวันสำคัญต่างๆ หรือการที่มีคนเข้าทักทายพูดคุยด้วย ทำให้ตนไม่รู้สึกละเลย การสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวผ่านแอปพลิเคชันไลน์ สามารถช่วยบรรเทาความห่างเหินระหว่างผู้สูงอายุกับคนในครอบครัว และเพิ่มระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้

### ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

การศึกษาครั้งนี้ศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครเท่านั้น ดังนั้น หากศึกษาเพิ่มเติมในพื้นที่ภูมิภาค ประชากร กลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น ในชนบท ที่บริบททางสังคม

แตกต่างกันออกไป จะสามารถได้รายละเอียดและผลการศึกษาที่ต่างกันเพื่อกำหนดแนวทางรับมือกับปัญหาได้ครอบคลุมมากขึ้น ซึ่งจะก่อให้เกิดผลดีต่อการเตรียมความพร้อมก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ในระดับภาพรวมทั้งประเทศ

การศึกษาครั้งนี้เป็นเพียงการวิจัยเชิงปริมาณเท่านั้น ครั้งต่อไปหากมีการศึกษาในลักษณะการวิจัยเชิงคุณภาพ มีการสัมภาษณ์เชิงลึกก็จะสามารถเปรียบเทียบผลลัพธ์ เนื้อหาในรายละเอียดของมิติต่างๆ ได้อย่างลุ่มลึก

การศึกษาครั้งนี้ศึกษาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพจิตใจของผู้สูงอายุเท่านั้น แต่ผู้สูงอายุมักเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆ ด้วยไม่ว่าจะเป็น ด้านร่างกาย ด้านสังคม เป็นต้นหากมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับประเด็นต่างๆ เหล่านี้ด้วย จะทำให้เกิดข้อเสนอแนะในการเตรียมความพร้อมด้านการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุได้รอบด้านมากขึ้น

### References

1. United Nations Population Fund and Help Age International. Ageing in the twenty-first century: A Celebration and a challenge. New York: United Nations Population Fund; 2012.
2. Foundation of Thai Gerontology Research and Development institute. Situation of the Thai elderly 2016. Nakhon Pathom: Printery; 2017. (in Thai)
3. Foundation of Thai Gerontology Research and Development institute. Situation of the Thai elderly 2013. Bangkok: Amarin Printing & Publishing; 2014. (in Thai)
4. Prasat Neurological Institute. Clinical practice guidelines: Dementia. Bangkok: Tanapress; 2014. (in Thai)
5. Kasiansin P. Instructional communication strategy on computer and internet for the elderly in middle socio-economic status. Journal of communication arts 2014;32:95-114. (in Thai)
6. Foundation of Thai Gerontology Research and Development institute. Situation of the Thai elderly 2012. Bangkok: Phongphanaich; 2013. (in Thai)
7. Boonlaet P. Promoting self-esteem in elder people with depression through online game [Thesis]. Songkla: Prince of Songkla University; 2017. (in Thai)
8. Department of mental health. Completed suicide 2018. Bangkok: Department of mental health; 2018. (in Thai)
9. Electronic Transactions Development Agency. Thailand internet user profile 2018. Bangkok: Electronic Transactions Development Agency; 2019. (in Thai)
10. Prasert J. Thai elderlies' LINE application consumption behavior, self-perception and relations with others [Thesis]. Bangkok: Chulalongkorn University; 2014. (in Thai)
11. Chaichuay W. Elderlies' experience in using LINE application: a phenomenological study. Veridian E-Journal Silpakorn University 2017; 10(1):905-918. (in Thai)
12. Institute for Population and Social Research, Mahidol University. Thailand population 2018. Mahidol Population Gazette 2018;27:1-2. (in Thai)
13. National Statistical Office, Ministry of Digital Economy and Society. The 2017 Household Survey on the Use of Information and Communication Technology. Bangkok: National Statistical Office; 2018.
14. Coopersmith S. Coopersmith Self-Esteem Inventories: Manual. California: Mind Garden; 1981.



15. Wongboonsin K. Elderly and Thai society. In: Thai junior encyclopedia project. Thai elderly encyclopedia. Bangkok: Thai junior encyclopedia project; 2017. (in Thai)
16. Songprasert J. Ageing. Chiangmai: Pongsawat printing; 1995. (in Thai)
17. Kaewkungwal S. Developmental Psychology in adolescent and elderly. Vol. 2. 8<sup>th</sup> ed. Bangkok: Thammasat printing house; 2002. (in Thai)
18. Ketchan U, Salungyou N, Makkha S. Research Report of the Impacts of the Line Application Utilization on Elderly Lifestyle in Bangpakong Sub-District, Chachoengsao Province. Rajapark Journal 2018;12:52-65. (in Thai)