

The Impact of Online Social Media Use on the Quality of Life of the Elderly in Pathum Thani Province

Teerayut Khunsrikaew ^{1*}, Pratheep Muenharn ² and Somnuk Kareevate ³

^{1, 2, 3} North Bangkok University, Bangkok.

* Corresponding author. E-mail: Teerayut.kh@northbkk.ac.th

ABSTRACT

This research aimed to 1) examine the relationship between online social media use and the quality of life, and 2) investigate the influence of online social media use on the quality of life of elderly people in Pathum Thani Province. A quantitative research design was employed. The sample consisted of 400 elderly residents selected through simple random sampling based on Yamane's formula. Data were collected using a structured questionnaire. The questionnaire was validated by experts, with Index of Item-Objective Congruence (IOC) values ranging from 0.66 to 1.00. The item discrimination indices ranged from 0.491–0.843 for online social media use and 0.623–0.845 for quality of life. Descriptive statistics, multiple correlation analysis, and multiple regression analysis were used to analyze the data. The results revealed that frequency of use, duration of use, purpose of use, and level of participation had statistically significant positive relationships with and predictive influences on the overall quality of life of elderly people ($p < .05$). The regression model was statistically significant ($F = 50.502$, $p < .001$) and explained 65.6% of the variance in quality of life (Adjusted $R^2 = 0.656$). Among the four dimensions, duration of use demonstrated the strongest predictive influence on quality of life. The findings contribute to a better understanding of how digital engagement through social media can support elderly well-being, particularly in terms of social interaction, lifelong learning, and overall quality of life in an aging society. The results also provide empirical evidence that can support policymakers and relevant organizations in developing digital literacy programs and promoting appropriate social media use to enhance the well-being of older adults.

Keywords: Online Social Media Use, Quality of Life, Elderly People, Social Participation.

ผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี

ธีระยุทธ ขุนศรีแก้ว ^{1*}, ประทีป หมั่นหาญ ² และ สมนึก การ์เวท ³

^{1, 2, 3} มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ กรุงเทพมหานคร.

* Corresponding author. E-mail: Teerayut.kh@northbkk.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี และ 2) ทดสอบผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่จังหวัดปทุมธานี จำนวน 400 คน ได้มาจากการคำนวณตามสูตรของทาร์เยน และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถาม ซึ่งมีค่าความตรงด้านเนื้อหา (IOC) ระหว่าง 0.66-1.00 มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อของการใช้สื่อสังคมออนไลน์อยู่ระหว่าง 0.491-0.843 และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ระหว่าง 0.623-0.845 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบพหุคูณ และการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านความถี่ในการใช้งาน ด้านระยะเวลาในการใช้งาน ด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน และด้านระดับการมีส่วนร่วม มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการใช้สื่อสังคมออนไลน์ทั้ง 4 ด้าน มีผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้ ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าสื่อสังคมออนไลน์เป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการเรียนรู้ ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคดิจิทัล ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมทักษะการใช้งานเทคโนโลยีที่ถูกต้องและปลอดภัยเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: การใช้สื่อสังคมออนไลน์, คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, การมีส่วนร่วมทางสังคม

© 2026 JISSD: Journal of Integration Social Sciences and Development

บทนำ

สำนักงานสถิติแห่งชาติได้จัดทำการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทยเริ่มตั้งแต่ปี 2537 - 2567 ผลการสำรวจ พบว่าประเทศไทยมีแนวโน้มสัดส่วนของผู้สูงอายุ เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง โดยเพิ่มจากร้อยละ 6.8 ในปี 2537 เป็นร้อยละ 20.0 ในปี 2567 ดัชนีการสูงอายุของประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเพิ่มจาก 22.6 ในปี 2537 เป็น 127.4 ในปี 2567 ซึ่งแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรที่ชัดเจน ดัชนีการสูงอายุได้เพิ่มขึ้นเกือบ 6 เท่า สะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงทางประชากรสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบของประเทศไทย (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2567) ส่งผลให้ประเด็นด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้รับความสำคัญเพิ่มขึ้นทั้งในเชิงนโยบายและเชิงวิชาการ โดยเฉพาะในบริบทของการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีดิจิทัลที่เข้ามามีบทบาทต่อวิถีชีวิตของประชากรทุกช่วงวัย องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ให้นิยาม “คุณภาพชีวิต” ว่าเป็นการรับรู้ของบุคคลต่อสถานะชีวิตของตนเองในบริบทของวัฒนธรรม ระบบค่านิยม เป้าหมาย ความคาดหวัง และมาตรฐานที่ตนยึดถือ (WHOQOL Group, 1995) ซึ่งเป็นแนวคิดแบบพหุมิติ (Multidimensional Concept) ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม แนวคิดดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นผลลัพธ์จากปัจจัยหลายมิติที่เชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ มิได้ขึ้นอยู่กับสุขภาพร่างกายเพียงอย่างเดียว (Bowling, 2005)

ในยุคดิจิทัล เทคโนโลยีการสื่อสารมีบทบาทสำคัญในการเชื่อมโยงทางสังคมของผู้สูงอายุ แต่ก็มีมาพร้อมกันทั้งโอกาสและความท้าทาย (พระสุภกิจ สุบุญ และ พระเมธีปริยัติวิบูล, 2567) ทั้งนี้ We Are Social และ Meltwater ได้ดำเนินการรวบรวมสถิติพฤติกรรมการใช้งานดิจิทัลในช่วงปี พ.ศ. 2567 โดยพบว่าประเทศไทยมีประชากรที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตจำนวน 65.4 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 91.3 ของประชากรทั้งประเทศ (71.6 ล้านคน) ซึ่งมีอัตราการเติบโตเพิ่มขึ้นร้อยละ 1.8 เมื่อเทียบกับรอบปีที่ผ่านมา และมีจำนวนผู้ใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) จำนวน 51.0 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 71.2 ของ

ประชากรทั้งหมด (We Are Social & Meltwater, 2025) ซึ่งสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) ได้กลายเป็นเครื่องมือสำคัญในการสื่อสารและสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่เริ่มมีการปรับตัวต่อเทคโนโลยีมากขึ้น Ellison, Steinfield, และ Lampe (2007) อธิบายว่า สื่อสังคมออนไลน์เป็นแพลตฟอร์มที่เอื้อต่อการสร้างและคงไว้ซึ่งเครือข่ายทางสังคม (Social Network) และการใช้งานควรพิจารณาทั้ง “รูปแบบและความเข้มข้นของการใช้งาน” (Intensity of Use) มีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์ทางสังคมและจิตใจของผู้ใช้ แนวคิดดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์ไม่ใช่เพียงการเข้าถึงเทคโนโลยี แต่เป็นพฤติกรรมที่มีความซับซ้อนและส่งผลต่อคุณภาพชีวิตในหลายมิติ

การใช้สื่อสังคมออนไลน์สามารถอธิบายได้ผ่านหลายมิติ ได้แก่ ความถี่ในการใช้งาน ระยะเวลาในการใช้งาน วัตถุประสงค์ในการใช้งาน เช่น การสื่อสาร การรับข้อมูลข่าวสาร และความบันเทิง ตลอดจนระดับการมีส่วนร่วม (Engagement) เช่น การโพสต์ แสดงความคิดเห็น หรือการโต้ตอบกับผู้อื่น ซึ่งสะท้อนระดับความเข้มข้นของการใช้งาน (Ellison et al., 2007) โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์มากกว่า 3 ปี ใช้งานเฉลี่ย 4-6 ชั่วโมงต่อวัน และเข้าถึงแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียมากกว่า 10 ครั้งต่อวัน เพื่อความบันเทิงและการบรรเทาความเหงา(เรวดี ไวยวาสนา และ วิภาณี แม้นอินทร์, 2566) มีการใช้สื่อออนไลน์ประเภทแอปพลิเคชันไลน์มากที่สุด รองลงมาคือการเล่นเฟซบุ๊ก ดังนั้นควรมีการพัฒนาารูปแบบการให้องค์ความรู้บนแอปพลิเคชันไลน์ที่มีลักษณะเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การเข้าถึงได้ง่าย ตัวอักษรขนาดใหญ่ เนื้อหากระชับ น่าสนใจ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เข้าถึงองค์ความรู้นั้นในการดูแลตนเองได้ (รุ่งนภา จันทรา และคณะ, 2563) ทั้งนี้การใช้งานในระดับที่เหมาะสมสามารถช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ทางสังคม ลดความเหงา และเพิ่มการรับรู้คุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต อย่างไรก็ตาม หากมีการใช้งานที่ไม่เหมาะสม เช่น การใช้เวลามากเกินไป หรือการรับข้อมูลที่ไม่มีประโยชน์ อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตได้เช่นกัน

จังหวัดปทุมธานีมีลักษณะทางสังคมที่มีความหลากหลาย ทั้งพื้นที่พาณิชยกรรมหนาแน่นและพื้นที่เกษตรกรรมกึ่งเมือง ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในมิติต่าง ๆ และจากการรายงานสถิติของกรมกิจการผู้สูงอายุ (2567) พบว่าจังหวัดปทุมธานีเป็นหนึ่งในจังหวัดที่มีอัตราการเพิ่มขึ้นของประชากรสูงอายุอย่างต่อเนื่อง ในปี พ.ศ. 2567 มีผู้สูงอายุสัญชาติไทย จำนวน 220,790 คน คิดเป็นร้อยละ 18.01 ของประชากรไทยทั้งจังหวัด (1,225,591 คน) อาจได้รับผลกระทบจากสื่อสังคมออนไลน์ในรูปแบบที่แตกต่างกันออกไป อย่างไรก็ตาม การวิจัยที่ผ่านมาเน้นการศึกษาในเชิงพื้นที่เฉพาะส่วน ทำให้ยังขาดข้อมูลภาพรวมที่สะท้อนถึงผลกระทบในระดับจังหวัดที่มีบริบทสังคมประสมที่ซับซ้อน และมุ่งศึกษาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุในลักษณะเชิงพรรณนา หรือ ศึกษาเฉพาะผลลัพธ์บางมิติ ขณะที่การศึกษาความสัมพันธ์และผลกระทบของพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมในระดับจังหวัดยังมีจำนวนจำกัด โดยเฉพาะในจังหวัดปทุมธานี ซึ่งมีลักษณะเป็นพื้นที่กึ่งเมืองที่มีความหลากหลายทางสังคม ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษาผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดปทุมธานี เพื่อวิเคราะห์ว่าพฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ในด้านความถี่ ระยะเวลา วัตถุประสงค์ และการมีส่วนร่วม ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างไร ผลการวิจัยที่ได้จะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานภาครัฐและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดปทุมธานี ในการวางแผนและกำหนดนโยบายส่งเสริมสุขภาวะเชิงดิจิทัล (Digital Well-being) และการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับการเป็นเมืองอัจฉริยะและสังคมสูงวัยที่มีคุณภาพต่อไป ตลอดทั้งงานวิจัยนี้ช่วยเติมเต็มองค์ความรู้เกี่ยวกับบทบาทของสื่อสังคมออนไลน์ในฐานะปัจจัยด้านดิจิทัลที่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยพิจารณาการใช้งานในหลายมิติ ได้แก่ ความถี่ ระยะเวลา วัตถุประสงค์ และระดับการมีส่วนร่วม ซึ่งสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการออกแบบนโยบายส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสมสำหรับสังคมสูงวัยโดยรวม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี
2. เพื่อศึกษาผลกระทบการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ประชากร กลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี จำนวน 220,790 คน (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2567)

1.2 กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้ ได้โดยใช้สูตรการหากลุ่มตัวอย่างของ Yamane, T. ระดับความเชื่อมั่น 95% โดยยอมรับให้มีความคลาดเคลื่อนได้ 5% ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน (Yamane, T., 1973) แต่เก็บข้อมูลจริงได้รับแบบสอบถามกลับมาจำนวน 105 ฉบับ ซึ่งนำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล และสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) จำนวน 5 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพก่อนเกษียณ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งเป็น 4 ด้าน จำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วย ด้านความถี่ในการใช้งาน จำนวน 4 ข้อ ด้านระยะเวลาในการใช้งาน จำนวน 4 ข้อ ด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน จำนวน 4 ข้อ และด้านระดับการมีส่วนร่วม จำนวน 4 ข้อ

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งเป็น 4 ด้าน จำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วย ด้านร่างกาย จำนวน 4 ข้อ ด้านจิตใจ จำนวน 4 ข้อ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม จำนวน 4 ข้อ และด้านสิ่งแวดล้อม จำนวน 4 ข้อ พัฒนาจากกรอบแนวคิด WHOQOL Group (1995)

โดยในตอน 2, 3 กำหนดค่าของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ 5 ระดับ ดังนี้ 5 4 3 2 และ 1 หมายถึงระดับความคิดเห็นมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ตามลำดับ จากนั้นวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยของคำตอบในแบบสอบถาม โดยใช้เกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ย (บุญชม ศรีสะอาด, 2560)

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาผ่านการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญ การปรับปรุง และแก้ไขแบบสอบถามตามวิธีการวัดค่า IOC (Index of Item Objective) เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและครอบคลุมเนื้อหาของการวิจัย ซึ่งได้ผลความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์โดยรวม มีค่าระหว่าง 0.66-1.00 ซึ่งสอดคล้องกับ สุมินทร์ เป้าธรรม (2558) ได้เสนอว่าค่าดัชนีความสอดคล้องมีค่า 0.50 ขึ้นไป เป็นค่าที่ยอมรับได้ถือว่าข้อคำถามดังกล่าวมีความเหมาะสม จากนั้นทดสอบการหาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามเป็นรายข้อ (Discriminant Power) โดยใช้เทคนิค Item-total Correlation ผลที่ได้ คือการใช้สื่อสังคมออนไลน์ มีค่าอำนาจจำแนก (r) อยู่ระหว่าง 0.491-0.843 และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุมีค่าอำนาจจำแนก (r) อยู่ระหว่าง 0.623-0.845 สอดคล้องกับ สมบัติ ท้ายเรือคำ ได้เสนอว่าเกณฑ์การพิจารณาค่าอำนาจของแบบสอบถาม 0.40 ขึ้นไป ถือว่ามีคุณภาพในระดับมาก แสดงว่าเครื่องมือมีคุณภาพสามารถนำมาใช้ในการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยได้ (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2552) และผู้วิจัยได้ทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่า ตัวแปรการใช้สื่อสังคมออนไลน์ มีค่าความเชื่อมั่นอยู่ระหว่าง 0.966-0.969 และตัวแปรคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มีค่าอยู่ระหว่าง 0.967-0.969 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ 0.70 ตามแนวคิดของ Hair et al. (2006) แสดงให้เห็นว่าเครื่องมือวิจัยมีคุณภาพและความเหมาะสมสำหรับนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยได้

3. สมมติฐานการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นต่างๆ สามารถตั้งสมมติฐานการวิจัยได้ดังนี้

3.1 H1: การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านความถี่ในการใช้งาน มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี

3.2 H2: การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านระยะเวลาในการใช้งาน มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี

3.3 H3: การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี

3.4 H4: การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านระดับการมีส่วนร่วม มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) เก็บรวบรวมข้อมูลจากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เอกสาร ตำรา ทางวิชาการ วารสาร สิ่งพิมพ์ และข้อมูลที่เผยแพร่ทางอินเทอร์เน็ต

4.2 ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยส่งแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มผู้สูงอายุโดยสร้างแบบสอบถามแบบ Online ตรวจสอบความสมบูรณ์ ความครบถ้วนในเนื้อหา ผ่านการใช้งานแอปพลิเคชัน Google Form แบบสอบถามที่ได้รับตอบกลับมาทั้งหมดจำนวน 105 ฉบับ ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่สมบูรณ์ คิดเป็นร้อยละ 26 ($105 \times 100 \div 400$) เมื่อเปรียบเทียบกับแบบสอบถามที่ส่งไปยังกลุ่มตัวอย่าง แม้ได้รับแบบสอบถามกลับคืนต่ำกว่าจำนวนที่กำหนด แต่จำนวนแบบสอบถามที่สมบูรณ์ยังเพียงพอสำหรับการวิเคราะห์ทางสถิติที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ สอดคล้องกับ Aaker, D. A. et al. ได้เสนอว่าแบบสอบถามต้องมีอัตราตอบกลับมาน้อย ร้อยละ 20 จึงถือว่ายอมรับได้ (Aaker, D. A. et al., 2001)

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

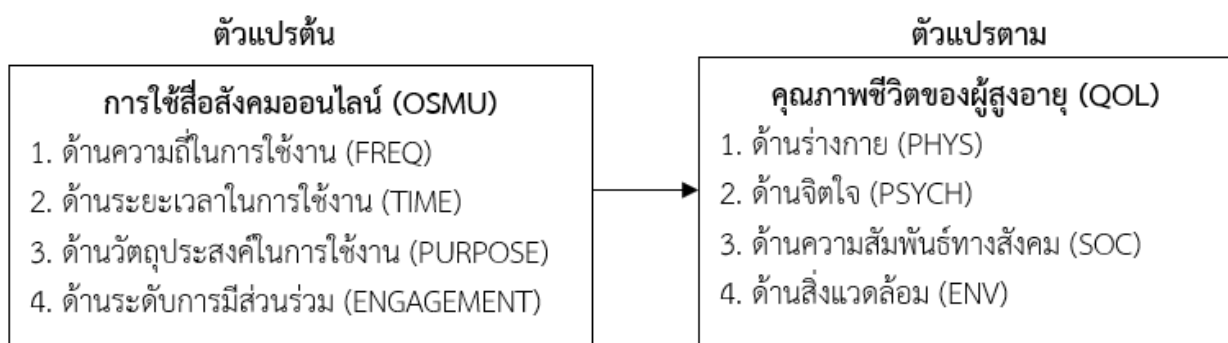
สำหรับการวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบพหุคูณ (Multiple Correlation Analysis) และการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ในการทดสอบความสัมพันธ์และผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี ซึ่งเขียนสมการได้ดังนี้

$$QOL = \beta_0 + \beta_1FREQ + \beta_2TIME + \beta_3PURPOSE + \beta_4ENGAGEMENT + e$$

เมื่อ	QOL	แทน	ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
	FREQ	แทน	การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านความถี่ในการใช้งาน
	TIME	แทน	การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านระยะเวลาในการใช้งาน
	PURPOSE	แทน	การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน
	ENGAGEMENT	แทน	การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านระดับการมีส่วนร่วม

กรอบแนวคิดในการวิจัย

กรอบแนวคิดการวิจัยนี้มุ่งศึกษาผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยบูรณาการแนวคิดความเข้มข้นของการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ (Ellison et al., 2007) อธิบายว่าลักษณะและระดับการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์มีความสัมพันธ์กับการสร้างเครือข่ายทางสังคมและปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อมิติทางสังคมและจิตใจของผู้ใช้งาน ขณะที่แนวคิดคุณภาพชีวิตแบบพหุมิติ (WHOQOL Group, 1995) อธิบายว่าคุณภาพชีวิตเป็นแนวคิดพหุมิติประกอบด้วยด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม ดังนั้น การใช้สื่อสังคมออนไลน์จึงอาจเป็นปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหลายมิติ เพื่ออธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุอย่างเป็นระบบ ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ผลการศึกษาผลกระทบของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี แบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไป ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 68.6) อายุ 60-69 ปี (ร้อยละ 71.4) รองลงมา อายุ 70-79 ปี (ร้อยละ 23.8) การศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี (ร้อยละ 60.0) อาชีพก่อนเกษียณ เกษตรกร (ร้อยละ 41.9) รายได้ 7,000 – 15,000 บาท (ร้อยละ 44.8) รองลงมา 3,000 – 7,000 บาท (ร้อยละ 37.1) 2) วิเคราะห์สหสัมพันธ์ของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแสดงได้ดังตารางที่ 1 จากการศึกษาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ มีผลการวิจัยดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี

ตัวแปร	QOL	FREQ	TIME	PURPOSE	ENGAGEMENT	VIFs
$\bar{x}$	4.14	4.29	4.16	4.13	4.27	
S.D.	0.45	0.54	0.59	0.61	0.66	
QOL	-	0.569*	0.752*	0.508*	0.548*	
FREQ		-	0.487*	0.337*	0.509*	1.543
TIME			-	0.412*	0.415*	1.463
PURPOSE				-	0.489*	1.414
ENGAGEMENT					-	1.618

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่า การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี พบว่า ตัวแปรอิสระแต่ละด้านมีความสัมพันธ์กัน ซึ่งอาจเกิดเป็นปัญหา Multicollinearity ดังนั้นผู้วิจัยจึงทำการทดสอบ Multicollinearity โดยใช้ค่า VIFs ปรากฏว่า ค่า VIFs ของตัวแปรอิสระการใช้สื่อสังคมออนไลน์ มีค่าตั้งแต่ 1.414 – 1.618 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด แสดงว่าไม่พบปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระในระดับสูง (Multicollinearity) และสามารถนำตัวแปรเข้าสู่การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณได้

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในแต่ละด้าน พบว่า มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ (QOL) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง 0.508 – 0.752 จากนั้นผู้วิจัยได้วิเคราะห์การถดถอยแบบพหุคูณและสร้างสมการพยากรณ์คุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ ได้ดังนี้

$$QOL = 0.644 + 0.155 \text{ FREQ} + 0.423 \text{ TIME} + 0.123 \text{ PURPOSE} + 0.133 \text{ ENGAGEMENT}$$

จากสมการที่ได้สามารถพยากรณ์ค่าคุณภาพชีวิตโดยรวม(QOL) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (F= 50.502; p < 0.0001) และค่าสัมประสิทธิ์ของการพยากรณ์ปรับปรุง (Adj R2) เท่ากับ 0.656 หมายความว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ทั้ง 4 ด้าน สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้ร้อยละ 65.6 ส่วนอีก 34.4 เกิดจากปัจจัยอื่นที่ไม่ได้ศึกษาในงานวิจัยนี้ เมื่อนำไปทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ การใช้สื่อสังคมออนไลน์แต่ละด้านกับตัวแปรตามคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุโดยรวม (QOL) แสดงได้ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงการทดสอบความสัมพันธ์ของสัมประสิทธิ์การถดถอยกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวมของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดปทุมธานี

การใช้สื่อสังคมออนไลน์ (OSMU)	คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม (QOL)		t	p-value
	สัมประสิทธิ์	ความคลาดเคลื่อน		
	การถดถอย	มาตรฐาน		
ค่าคงที่ (a)	0.644	0.268	2.407*	0.018
ด้านความถี่ในการใช้งาน (FREQ)	0.155	0.064	2.428*	0.017
ด้านระยะเวลาในการใช้งาน (TIME)	0.423	0.055	7.745*	<0.0001
ด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน (PURPOSE)	0.123	0.057	2.147*	0.034
ด้านระดับการมีส่วนร่วม (ENGAGEMENT)	0.133	0.059	2.241*	0.027
F = 50.502 p < 0.0001 Adj R ² = 0.656				

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตาราง 2 พบว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ด้านความถี่ในการใช้งาน (FREQ) ด้านระยะเวลาในการใช้งาน (TIME) ด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน (PURPOSE) และด้านระดับการมีส่วนร่วม (ENGAGEMENT) มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม (QOL) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงยอมรับสมมติฐานที่ 1 2 3 และ 4

อภิปรายผล

จากการศึกษา ผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยมาอภิปรายผลตามประเด็นสำคัญดังนี้

1. การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ในด้านความถี่ในการใช้งาน มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าการเข้าถึงและใช้งานสื่อออนไลน์อย่างสม่ำเสมอช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถรับรู้ข้อมูลข่าวสารและเชื่อมโยงกับสังคมได้อย่างต่อเนื่อง ผลดังกล่าวสอดคล้องกับการศึกษาของ เรวดี ไวยวาสนา และ วิภาณี แม้นอินทร์ (2566) พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์เฉลี่ย 4-6 ชั่วโมงต่อวัน และเข้าถึงมากกว่า 10 ครั้งต่อวัน สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ รุ่งนภา จันทรา และคณะ (2563) ได้ศึกษาเรื่องการใช้สื่อออนไลน์และการรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ และ ดวงทิพย์ เจริญภรณ์ (2563) ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการใช้และการยอมรับนวัตกรรมสื่อสังคมออนไลน์ของกลุ่มผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้สูงอายุที่ใช้สื่อออนไลน์เป็นประจำมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพที่ดีขึ้น และมีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคมมากขึ้น ดังนั้น การใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างต่อเนื่องจึงเป็นกลไกสำคัญที่ช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตในมิติทางจิตใจและสังคม และยังมีหลักฐานที่บ่งชี้ว่าการติดต่อกันระหว่างรุ่นในครอบครัวบ่อยครั้งนำไปสู่ความสัมพันธ์ที่ดีขึ้น (Jung et al., 2017) นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Zhou, He, & Lin (2022) ที่พบว่า "ความเข้มข้นในการใช้งานโซเชียลมีเดีย" (Social Media Engagement) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับสุขภาวะของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุที่มีระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมออนไลน์แบบเชิงรุกหรือกระตือรือร้น (Active Engagement) จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่มีเพียงการรับข้อมูลเพียงอย่างเดียว เนื่องจากได้รับการสนับสนุนทางสังคมผ่านเครือข่ายออนไลน์ที่เข้มแข็ง

2. การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ในด้านระยะเวลาในการใช้งาน มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สะท้อนให้เห็นว่าการใช้เวลาที่เหมาะสมช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และผ่อนคลายความเครียด แต่หากใช้เวลาเกินไปอาจส่งผลต่อสุขภาพกายได้ สอดคล้องกับ Keles et al. (2020) และ Hussain et al. (2021) ที่พบว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ในระดับปานกลางช่วยส่งเสริมสุขภาวะทางจิต แต่การใช้อย่างมากเกินไปอาจนำไปสู่ความเครียดและปัญหาสุขภาพจิต สอดคล้องกับ กิตติพงษ์ ใจดี (2564) ได้ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับความสุขของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่ใช้สื่อออนไลน์ในระดับเหมาะสมมีความสุขสูงกว่ากลุ่มที่ใช้น้อยหรือมากเกินไป ขณะที่ นฤมล แสงทอง และคณะ

(2564) ได้ศึกษาเรื่องการใช้เทคโนโลยีกับการลดความเครียดของผู้สูงอายุ ซึ่งเห็นว่าการใช้สื่ออย่างสมดุลช่วยลดความเครียด และเพิ่มคุณภาพชีวิต ดังนั้นจึงสามารถอธิบายได้ว่า ระยะเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์มีลักษณะเป็น “ดาบสองคม” ซึ่งต้องมีการใช้อย่างเหมาะสมเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด

3. การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ในด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยพบว่า วัตถุประสงค์เพื่อการติดต่อสื่อสารและเพื่อความบันเทิงส่งผลต่อคุณภาพชีวิตด้านจิตใจมากที่สุด เนื่องจากช่วยลดความเหงาและสร้างความสุขเชิงรุก สอดคล้องกับ Seifert et al. (2021) ที่พบว่า การใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารช่วยลดความเหงา และเพิ่มการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญของสุขภาวะ ซึ่งสอดคล้องกับ เจนจิรา เชื้อประดิษฐ์ และ กิริติ คชนทวา (2563) ได้ศึกษาเรื่องการยอมรับเทคโนโลยีการใช้แอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุใน กรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้สูงอายุใช้ Line เพื่อสื่อสารกับครอบครัว ส่งผลให้เกิดความสุขและความผูกพันทางสังคม ขณะที่ ศิริพร มณีวงศ์ และคณะ (2565) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่าการใช้สื่อเพื่อความบันเทิงช่วยลดภาวะซึมเศร้า ดังนั้น วัตถุประสงค์ในการใช้สื่อจึงเป็นตัวกำหนด “คุณค่า” ของการใช้งาน โดยการใช้เพื่อการสื่อสารและสร้างความสัมพันธ์จะให้ผลเชิงบวกสูงสุด สอดคล้องกับงานวิจัยของ Abad (2014) ที่ระบุว่า การส่งเสริมการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) ช่วยให้ผู้สูงอายุก้าวข้าม “ช่องว่างทางดิจิทัลเชิงวัย” (Generational Digital Divide) โดยการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (ICT) เพื่อวัตถุประสงค์ในการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร จะเป็นกลไกสำคัญที่ทำให้เกิด “การรวมกลุ่มทางดิจิทัล” (e-Inclusion) ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อความมั่นใจในการดำรงชีวิตและคุณภาพชีวิตในภาพรวม

4. การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ในด้านระดับการมีส่วนร่วม มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีความสัมพันธ์ทางสังคมอย่างชัดเจน เช่น การกดถูกใจ การคอมเมนต์ หรือการแชร์ข้อมูล สอดคล้องกับ Monteiro et al. (2024) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัยสำคัญในการเพิ่มสุขภาวะ และ Chopik (2020) ที่ชี้ว่าการมีปฏิสัมพันธ์ผ่านเทคโนโลยีช่วยเสริมสุขภาพจิตและความสัมพันธ์ทางสังคม สอดคล้องกับ ชฎารัฐ ขวัญนาค และ ศราวุธ อินตะนัย (2566) พบว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมออนไลน์ช่วยเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และลดความโดดเดี่ยว ขณะที่ พัชรี วงศ์คำ และคณะ (2563) พบว่าการมีปฏิสัมพันธ์ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ส่งผลต่อความสุขในชีวิต ดังนั้น การมีส่วนร่วมเชิงรุกในสื่อสังคมออนไลน์ จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคดิจิทัล อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยควรตีความภายใต้ขอบเขตของตัวแปรที่ศึกษา โดยการใช้สื่อสังคมออนไลน์ทั้ง 4 ด้านสามารถรวมกันพยากรณ์คุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 65.6 (Adjusted $R^2 = .656$) และมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 50.502, p < .0001$) โดย ระยะเวลาในการใช้งาน มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยสูงที่สุด ($B = .423, t = 7.745, p < .0001$) อย่างไรก็ตาม ผลดังกล่าวไม่ควรตีความว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเวลานานทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้นโดยตรง เนื่องจากการวิจัยนี้มุ่งศึกษาความสัมพันธ์และการพยากรณ์ และไม่ได้ทดสอบคุณภาพชีวิตรายด้าน สุขภาพจิต ภาวะซึมเศร้า หรือสุขภาวะโดยตรง นอกจากนี้ การใช้สื่อสังคมออนไลน์อาจมีทั้งประโยชน์และข้อควรระวัง ดังนั้น ควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้สื่ออย่างเหมาะสม มีวัตถุประสงค์ รู้เท่าทันดิจิทัล และปลอดภัย มากกว่าการมุ่งเพิ่มระยะเวลาในการใช้งานเพียงอย่างเดียว

สรุปผลการวิจัย

1. การใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดปทุมธานี ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 60-69 ปี การศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรี ประกอบอาชีพก่อนเกษียณเป็นเกษตรกร และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 7,000 – 15,000 บาท

2. การใช้สื่อสังคมออนไลน์ มีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม และตัวแปรที่สามารถพยากรณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม ในด้านระยะเวลาในการใช้งานเป็นปัจจัยที่สามารถพยากรณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้มากที่สุด รองลงมาด้านความถี่ในการใช้งาน ด้านระดับการมีส่วนร่วม และด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งานตามลำดับ ซึ่งการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างสม่ำเสมอในการติดต่อสื่อสาร การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การเข้าถึงข้อมูล และการเรียนรู้ด้านสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่สูงขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 การส่งเสริมการรู้เท่าทันสื่อและการรวมกลุ่มทางดิจิทัล (e-Inclusion): หน่วยงานภาครัฐในระดับจังหวัด เช่น สำนักงานสถิติจังหวัดปทุมธานี และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ควรจัดโปรแกรมอบรม "การรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล" (Media Literacy) ตามแนวทางของ Abad (2014) เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุก้าวข้ามช่องว่างทางดิจิทัลเชิงวัย โดยเนื้อหาไม่ควรเน้นเพียงวิธีการใช้งานเครื่องมือพื้นฐาน แต่ต้องเน้นการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่มีคุณภาพและการใช้งานอย่างปลอดภัยเพื่อป้องกันภัยจากมิจฉาชีพออนไลน์

1.2 การจัดตั้งศูนย์สนับสนุนเทคโนโลยีดิจิทัลชุมชน: ควรมีการพัฒนา "พื้นที่จัดกิจกรรมดิจิทัล" ในจังหวัดปทุมธานี เพื่อเป็นแหล่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning) และจัดหาอาสาสมัครดิจิทัล (Digital Volunteers) ในการให้คำปรึกษาด้านเทคนิค ซึ่งจะช่วยตอบสนองต่อวัตถุประสงค์ในการใช้งาน เพื่อการติดต่อสื่อสารและการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ

1.3 การใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นช่องทางสวัสดิการและสุขภาพ: จากผลการศึกษาที่พบว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตด้านร่างกายและสิ่งแวดล้อม หน่วยงานสาธารณสุขจังหวัดควรใช้แพลตฟอร์มที่เป็นที่นิยม (เช่น Line หรือ Facebook) เป็นช่องทางหลักในการให้บริการคำปรึกษาทางการแพทย์ทางไกล (Telemedicine) และการแจ้งสิทธิสวัสดิการรัฐ เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุเข้าถึงบริการสุขภาพและสิ่งแวดล้อมได้สะดวกยิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะด้านการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การศึกษาเชิงลึกด้วยระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed-Methods): เนื่องจากการศึกษารั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ในอนาคตควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึกหรือการสนทนากลุ่ม เพื่อศึกษา "แรงจูงใจ" และ "ความพึงพอใจ" ในระดับความรู้สึกที่ซับซ้อนของผู้สูงอายุต่อการมีส่วนร่วมในสังคมออนไลน์ (ENGAGEMENT) ให้ลุ่มลึกมากขึ้นตามแนวคิดของ Zhou et al. (2022)

2.2 การศึกษาตัวแปรคั่นกลาง และตัวแปรกำกับ (Mediators & Moderators): ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจเป็นกลไกส่งผ่านผลกระทบ เช่น "ความเหงา" (Loneliness) ตามแนวคิดของ Chopik (2016) หรือ "การรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศสุขภาพ" (e-Health Literacy) ตามแนวคิดของ รุ่งนภา จันทรา และคณะ (2563) เพื่อวิเคราะห์ว่าปัจจัยเหล่านี้ช่วยเพิ่มหรือลดทอนผลกระทบของการใช้สื่อต่อคุณภาพชีวิตอย่างไร

2.3 การศึกษาเชิงเปรียบเทียบในบริบทพื้นที่ที่แตกต่างกัน: ควรมีการเปรียบเทียบระหว่างผู้สูงอายุในเขตเมืองที่มีความพร้อมด้านโครงสร้างพื้นฐานดิจิทัลสูง กับผู้สูงอายุในเขตเกษตรกรรมหรือพื้นที่ห่างไกลในจังหวัดปทุมธานี เพื่อวิเคราะห์ความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงเทคโนโลยีและผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตที่อาจมีความแตกต่างกันเชิงพื้นที่

2.4 การวิจัยและพัฒนาโปรแกรมการอบรมดิจิทัล (R&D): ควรมีการวิจัยเชิงทดลองเพื่อพัฒนา "โมเดลการอบรมดิจิทัลที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุไทย" (Thai Elderly Digital Training Model) และวัดผลสัมฤทธิ์ก่อน-หลังการอบรม เพื่อสร้างมาตรฐานในการพัฒนาทักษะดิจิทัลที่สามารถนำไปปรับใช้ในระดับนโยบายของประเทศได้อย่างเป็นรูปธรรม

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2567). สถิติผู้สูงอายุประเทศไทย ประจำปี 2567. สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน 2568, จาก https://www.dop.go.th/th/statistics_page?cat=1&id=2566
- กิตติพงษ์ ใจดี. (2564). พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับความสุขของผู้สูงอายุ. *วารสารสังคมศาสตร์*, 13(2), 45–60.
- จิราภรณ์ วงศ์สวัสดิ์. (2562). พฤติกรรมการใช้โซเชียลมีเดียและความสุขทางจิตใจของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดภาคเหนือ. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 28(4), 654–663.
- เจนจิรา เชื้อประดิษฐ์ และ กิรติ คชนทวา. (2563). การยอมรับเทคโนโลยีการใช้แอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร. *วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี*, 2(2), 1–17.
- ชฎารัฐ ขวัญนาถ และ ศรายุทธ อินตะนัย. (2566). อิทธิพลของการยอมรับเทคโนโลยีที่มีต่อการตัดสินใจซื้อในพาณิชย์อิเล็กทรอนิกส์. *วารสารวิชาการและวิจัย มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ*, 13(2), 89–103.

- ดวงทิพย์ เจริญรุกษ์. (2563). พฤติกรรมการใช้และการยอมรับนวัตกรรมสื่อสังคมออนไลน์ของกลุ่มผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารวิชาการนวัตกรรมสื่อและการสื่อสาร*, 3(1), 45–58.
- นฤมล แสงทอง และคณะ. (2564). การใช้เทคโนโลยีกับการลดความเครียดของผู้สูงอายุ. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 20(1), 33–50.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น (พิมพ์ครั้งที่ 10)*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- พระสุภกิจ สุบุญญ และ พระเมธีปรีดีวิบูล. (2567). ผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงในเทคโนโลยีการสื่อสารต่อการเชื่อมโยงทางสังคมของผู้สูงอายุ. *วารสาร มจร กาญจนปริทรรศน์*, 4(3), 492–498.
- พัชรี วงศ์คำ และคณะ. (2563). สื่อสังคมออนไลน์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ. *วารสารสังคมผู้สูงอายุ*, 9(3), 120–135.
- รุ่งนภา จันทรา และคณะ. (2563). การใช้สื่อออนไลน์และการรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ. *วารสารวิจัยพัฒนาระบบสุขภาพ*, 13(2), 502–511.
- เรวดี ไวยวาสนา และ วิภาณี แม้นอินทร์. (2566). พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในกลุ่มผู้สูงอายุ กรณีศึกษาผู้สูงอายุเขตบางแค กรุงเทพมหานคร. *วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา*, 10(2), 114–126.
- ศิริพร มณีวงศ์ และคณะ. (2565). ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ. *วารสารสังคมศาสตร์*, 18(1), 55–70.
- สมบัติ ท้ายเรือคำ. (2552). *ระเบียบวิธีวิจัยสำหรับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ (พิมพ์ครั้งที่ 8)*. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2567). *การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2567*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สุมินทร เป้าธรรม. (2558). *วิจัยทางการบัญชี (พิมพ์ครั้งที่ 1)*. กรุงเทพฯ: ทริปเพิ้ล เอ็ดดูเคชั่น.
- Aaker, D. A., Kumar, V., & Day, G. S. (2001). *Marketing research (7th ed.)*. John Wiley & Sons.
- Abad, L. (2014). Media literacy for older people facing the digital divide: The e-Inclusion programmes design. *Comunicar: Media Education Research Journal*, 21(42), 173–180.
- Bowling, A. (2005). *Ageing well: Quality of life in old age*. Open University Press.
- Chopik, W. J. (2016). The benefits of social technology use among older adults are mediated by reduced loneliness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(9), 551–556.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143–1168.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2006). *Multivariate data analysis (6th ed.)*. Pearson.
- Hussain, Z., Griffiths, M. D., & Sheffield, D. (2017). An investigation into problematic smartphone use: The role of narcissism, anxiety, and personality factors. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 378–386.
- Jung, E. H., et al. (2017). Social networking in the aging context: Why older adults use or avoid Facebook. *Telematics and Informatics*, 34(7), 1071–1080.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). Social media and mental health. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93.
- Monteiro, J. M., Gonçalves, R., Bastos, A., & Barbosa, M. R. (2024). Social engagement and wellbeing in late life: A systematic review. *Ageing & Society*, 45, 1327–1354.
- Seifert, A., Cotten, S. R., & Xie, B. (2021). A double burden of exclusion? Digital and social exclusion of older adults in times of COVID-19. *The Journals of Gerontology: Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 76(3), e99–e103.
- We Are Social, & Meltwater. (2025, March). *Digital 2025: Thailand*.

- WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403–1409.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An introductory analysis (2nd ed.)*. Harper & Row.
- Zhou, Y., He, T., & Lin, F. (2022). The digital divide is aging: An intergenerational investigation of social media engagement in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12965.