

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเอง และเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองและการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยใช้วิธีการจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเองและกลุ่มผู้สูงอายุ ที่ทำกิจกรรมตามปกติ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นลำดับ ดังนี้

- ตอนที่ 1 สถานภาพของตัวอย่างประชากร
- ตอนที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเองและการปฏิบัติกิจกรรมของตัวอย่างประชากร
- ตอนที่ 3 เปรียบเทียบ และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและการปฏิบัติกิจกรรมของตัวอย่างประชากร

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของตัวอย่างประชากรของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส

สถานภาพ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	(คน)		(คน)	
เพศ				
ชาย	13	65	13	65
หญิง	7	35	7	35
รวม	20	100	20	100
อายุ				
60-69 ปี	16	80	16	80
70-79 ปี	4	20	4	20
รวม	20	100	20	100
สถานภาพสมรส				
โสด	0	0	0	0
คู่	18	90	18	90
หม้าย	2	10	2	10
หย่า/แยกกันอยู่	0	0	0	0
รวม	20	100	20	100

จากตาราง พบว่า ตัวอย่างประชากรส่วนใหญ่เป็นชายคิดเป็นร้อยละ 65 โดยมีจำนวนเท่ากันทั้ง 2 กลุ่ม ผู้สูงอายุที่อายุระหว่าง 60-69 ปี มีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80 ของตัวอย่างประชากรทั้งหมด และสถานภาพสมรสคู่เป็นส่วนใหญ่คิดเป็นร้อยละ 90 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมประกอบด้วยเพศชายและเพศหญิง อายุ และสถานภาพสมรสมีจำนวนเท่ากัน

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของตัวอย่างประชากรของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามระดับการศึกษา รายได้

สถานภาพ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับการศึกษา				
ประถมศึกษา	6	30	6	30
มัธยมศึกษา	10	50	10	50
สูงกว่ามัธยมศึกษา	4	20	4	20
รวม	20	100	20	100
รายได้				
เพียงพอ	13	65	13	65
ไม่เพียงพอ	1	5	1	5
เหลือเก็บออม	6	30	6	30
มีหนี้สิน	0	0	0	0
รวม	20	100	20	100

จากตาราง พบว่า ตัวอย่างประชากรส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาคือ ระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 30 และส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 65 เหลือเก็บออมคิดเป็นร้อยละ 30 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระดับการศึกษาและรายได้จำนวนเท่ากัน

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง
จำแนกตามระดับของการเห็นคุณค่าในตนเอง

ช่วงคะแนน	ระดับ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
		จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
กลุ่มทดลอง					
45-60	สูง	10	50	19	95
30-44	ปานกลาง	10	50	1	5
15-29	ต่ำ	0	0	0	0
กลุ่มควบคุม					
45-60	สูง	14	70	13	65
30-44	ปานกลาง	6	30	7	35
15-29	ต่ำ	0	0	0	0

จากตาราง พบว่า กลุ่มทดลอง ก่อนการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเอง ผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูงและปานกลางจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 50 และภายหลังการมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 95 รองลงมาคืออยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 5

สำหรับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 70 รองลงมาคือ อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 30 และภายหลังทดลองผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง อยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 65 รองลงมาคือ อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 35

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง
จำแนกตามระดับการปฏิบัติกิจกรรม

ช่วงคะแนน	ระดับ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
		จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
กลุ่มทดลอง					
66-88	สูง	5	25	18	90
44-65	ปานกลาง	14	70	2	10
22-43	ต่ำ	1	5	0	0
กลุ่มควบคุม					
66-88	สูง	3	15	5	25
44-65	ปานกลาง	17	85	15	75
22-43	ต่ำ	0	0	0	0

จากตาราง พบว่า กลุ่มทดลอง ก่อนการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเอง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการปฏิบัติกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 70 รองลงมา คืออยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 25 และภายหลังการมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการปฏิบัติกิจกรรมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 90 รองลงมาคืออยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 10

สำหรับกลุ่มควบคุม ก่อนการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเอง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีการปฏิบัติกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 85 รองลงมาคือ อยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 15 และภายหลังการมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการปฏิบัติกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 75 รองลงมาคือ อยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 25

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและการปฏิบัติกิจกรรมของ
ผู้สูงอายุก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ตัวแปร	คะแนนเต็ม	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
การเห็นคุณค่าในตนเอง	60	45.65	5.52	48.55	4.85	1.77
การปฏิบัติกิจกรรม	88	61.05	9.46	60.15	5.94	0.36

จากตาราง พบว่า คะแนนที่ได้จากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนการทดลองของ
ผู้สูงอายุกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 คือ
ก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง มีค่าเท่ากับ 45.65
ซึ่งอยู่ในระดับสูง ในผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม มีค่าเท่ากับ 48.55 ซึ่งอยู่ในระดับสูง สำหรับก่อนการ
ทดลองค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง มีค่าเท่ากับ 61.05 ซึ่งอยู่ใน
ระดับปานกลาง ในผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม มีค่าเท่ากับ 60.15 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตัวเองและการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง ระหว่างหลังและก่อนมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเอง

ตัวแปร	คะแนนเต็ม	หลังการทดลอง		ก่อนการทดลอง		t
		_____		_____		
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
การเห็นคุณค่าในตนเอง	60	53.65	4.66	45.65	5.52	9.42***
การปฏิบัติกิจกรรม	88	74.25	7.02	61.05	9.46	10.73***

*** $P < .001$

จากตาราง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มทดลองก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยที่ผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง คือ ค่าเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง หลังทดลอง มีค่าเท่ากับ 53.65 ซึ่งอยู่ในระดับสูง และก่อนการทดลอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 45.65 ซึ่งอยู่ในระดับสูงเล็กน้อย และค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง หลังทดลอง มีค่าเท่ากับ 74.25 ซึ่งอยู่ในระดับสูง และก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 61.05 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรม
ของผู้สูงอายุกลุ่มควบคุมระหว่างหลังและก่อนการทดลอง

ตัวแปร	คะแนนเต็ม	หลังการทดลอง		ก่อนการทดลอง		t
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
การเห็นคุณค่าในตนเอง	60	46.90	4.18	48.55	4.85	1.66
การปฏิบัติกิจกรรม	88	61.00	5.28	60.15	5.94	1.14

จากตาราง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและการปฏิบัติกิจกรรม
ของผู้สูงอายุระหว่าง กลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง กับหลังการทดลอง ไม่มีความแตกต่างกัน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยที่ค่าเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
กลุ่มควบคุม หลังทดลอง มีค่าเท่ากับ 46.90 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และก่อนการทดลอง มี
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 48.55 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง สำหรับค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูง
อายุกลุ่มควบคุม หลังทดลอง มีค่าเท่ากับ 61.00 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ 60.15 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรม
ของผู้สูงอายุ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ตัวแปร	คะแนนเต็ม	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
การเห็นคุณค่าในตนเอง	60	53.65	4.66	46.90	4.18	4.82***
การปฏิบัติกิจกรรม	88	74.25	7.02	61.05	5.28	6.75***

*** $P < .001$

จากตาราง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรม หลังการทดลองของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและการปฏิบัติกิจกรรมสูงกว่ากลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่มีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเอง คือ หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง มีค่าเท่ากับ 53.65 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ในผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม มีค่าเท่ากับ 46.90 ซึ่งอยู่ในระดับสูงเล็กน้อย สำหรับหลังการทดลองค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 74.25 ซึ่งอยู่ในระดับสูง และในผู้สูงอายุกลุ่มควบคุม มีค่าเท่ากับ 61.05 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 10 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ย การปฏิบัติกิจกรรม ของผู้สูงอายุ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำแนกเป็นรายข้อและรวมทุกข้อ

ข้อความ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
การทำงานบ้าน	3.95	0.22	3.50	0.76	2.54**
การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.95	0.22	3.60	0.88	1.72*
การฟังวิทยุหรือดูโทรทัศน์	3.90	0.31	3.90	0.31	0.00
การดูแลบ้านหรือควบคุมผู้ทำงานบ้าน	3.85	0.49	2.90	1.25	3.16**
การพูดคุยกับลูกหลานหรือสมาชิกในครอบครัว	3.80	0.62	3.45	0.76	1.60
การใช้เวลาว่างในการปลูกต้นไม้	3.80	0.70	3.40	1.05	1.42
การอ่านหนังสือต่างๆ	3.75	0.64	3.35	0.99	1.52
การไปร่วมงานสังคม	3.70	0.57	3.20	0.62	2.66**
การพูดคุยกับเพื่อนบ้าน	3.55	0.69	2.95	0.83	2.50**
การช่วยเหลือเลี้ยงดูลูกหลาน	3.55	0.94	2.20	1.20	3.96***
การสวดมนต์ นั่งสมาธิ	3.50	0.89	3.40	0.94	0.35
การร่วมกิจกรรมของชมรมหรือสมาคมต่างๆ	3.50	0.69	2.65	0.99	3.16**
การไปทำบุญที่วัด	3.45	0.69	3.00	0.80	1.92*
การพบปะสังสรรค์กับเพื่อนในวัยเดียวกัน	3.35	0.81	3.00	0.73	1.44
การปรึกษาหารือกันระหว่างบุคคลในครอบครัว	3.35	0.87	3.05	1.05	0.98
การร่วมกันทำกิจกรรมของชุมชนกับเพื่อนบ้าน					
เช่น ประชุมปรึกษาแก้ปัญหาหมู่บ้าน	3.15	0.81	1.75	0.64	6.06***
การพูดคุยกับญาติหรือลูกหลานที่อยู่คนละบ้าน	3.10	0.79	2.55	1.00	1.93*
การไปเยี่ยมญาติ	2.80	0.90	2.30	0.92	1.74*
การร่วมกิจกรรมของหมู่บ้าน เช่น					
การทำความสะอาด และการเป็น					
อาสาสมัครช่วยเหลือ บำเหน็จประโยชน์					
แก่ผู้อื่น	2.65	0.81	1.95	0.95	2.51**

ตารางที่ 10 (ต่อ)

ข้อความ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
การใช้เวลาว่างทำงานฝีมือต่าง ๆ เช่น					
การจักสาน เย็บปักถักร้อย	2.60	1.14	1.35	0.59	4.35***
การไปพักผ่อนหย่อนใจ ทักทายตาม					
สถานที่ต่าง ๆ เช่น ชายทะเล	2.55	0.69	2.10	0.85	1.84*
การเป็นผู้เข้าร่วมในการพัฒนาหมู่บ้านตาม					
ความสามารถ	2.45	1.10	1.45	0.69	3.45***
โดยรวม	74.25	7.02	61.00	5.28	6.75***

***p<.001 **p<.01 *p<.05

จากตาราง พบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยของระดับคะแนนการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลอง มีคะแนนการทำงานบ้าน และการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา มากที่สุด รองลงมา คือ การนั่งวิทยุหรือดูโทรทัศน์ การดูแลบ้านหรือควบคุมผู้ทำงานบ้าน การพูดคุยกับลูกหลานหรือสมาชิกในครอบครัว โดยมีค่าเฉลี่ย 3.95, 3.95, 3.90, 3.85 และ 3.80 ตามลำดับ ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนการนั่งวิทยุหรือดูโทรทัศน์มากที่สุด รองลงมา คือ การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา การช่วยทำงานบ้าน การพูดคุยกับลูกหลานหรือสมาชิกในครอบครัว การใช้เวลาว่างในการปลูกต้นไม้ และสวดมนต์ โดยมีค่าเฉลี่ย 3.90, 3.60, 3.50, 3.45, 3.40 และ 3.40 ตามลำดับ

และจากตารางยังพบอีกว่า ภายหลังจากทดลองค่าคะแนนเฉลี่ยของการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ จำแนกเป็นรายข้อ ในกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 .01 และ .05 ตามลำดับ คือ กิจกรรมการช่วยเหลือเลี้ยงดูลูกหลาน การร่วมกันทำกิจกรรมของชุมชนกับเพื่อนบ้าน การใช้เวลาทำงานฝีมือต่าง ๆ และการเป็นผู้ช่วยในการพัฒนาหมู่บ้าน ตามความเหมาะสมในผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.55, 3.15, 2.60 และ 2.45 ตามลำดับ สูงกว่าในกลุ่มควบคุม ซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.20, 1.75, 1.35 และ 1.45 ตามลำดับ กิจกรรมการทำงานบ้าน การดูแลบ้าน การไปร่วมงานสังคัม การพูดคุยกับเพื่อนบ้าน การร่วมกิจกรรมของชมรม การร่วมกันทำกิจกรรมของชุมชนกับเพื่อนบ้าน ในผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.95, 3.85, 3.70, 3.55, 3.50 และ 3.15 ตามลำดับ สูงกว่าในกลุ่มควบคุม ซึ่งมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.50, 2.90, 3.20, 2.95, 2.65 และ 1.75 ตามลำดับ การออกกำลังกาย การไปทำบุญที่วัด การพูดคุยกับญาติหรือลูกหลาน