

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย เรื่อง การเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุในจังหวัดสมุทรปราการ แบ่งออกเป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยสนับสนุน
- ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับการยอมรับภาวะถดถอย
- ตอนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ

- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยสนับสนุน
- ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของผู้สูงอายุที่เกษียณอายุแล้ว
- ตอนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับการยอมรับภาวะถดถอย
- ตอนที่ 5 ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ

4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเก็บข้อมูล โดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 50 – 60 ปี จำนวน 147 ชุด จากหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และอาชีพอิสระ ได้รับแบบสอบถามกลับมา 100% เต็มตามจำนวนที่ได้กำหนดไว้

4.1.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อาชีพ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว และการเป็นสมาชิกชมรม หรือสมาคม โดยมีรายละเอียดดังนี้

เพศ

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างที่อายุระหว่าง 50 – 60 ปี จำนวน 147 คน เป็นเพศชาย 82 คน คิดเป็นร้อยละ 55.8 และเป็นเพศหญิง จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 44.2

การประกอบอาชีพ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจ จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 44.2 รองลงมาคือ พนักงานหน่วยงานเอกชน จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 23.1 รับราชการ จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4 ส่วนอาชีพค้าขายและอาชีพอื่น ๆ อย่างละ 7 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 เท่ากัน ที่เหลือคืออาชีพแม่บ้าน จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.7

ระดับการศึกษา

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี หรือเทียบเท่า จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 66 รองลงมาจบการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 19.7 และระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 14.3

สถานภาพสมรส

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างที่เป็นโสด จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 12.9 ผู้สูงอายุที่สมรสแล้ว จำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 76.9 ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพเป็นหม้าย จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 9.5 และที่หย่าหรือแยกกันอยู่ จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.7

รายได้ภายในครอบครัว

ครอบครัวของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างมีรายได้เหลือเก็บ จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 37.4 ผู้สูงอายุที่รายได้พอใช้จ่าย จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 59.9 และผู้สูงอายุที่มีรายได้ไม่พอใช้ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.7

ภาระหนี้สินของครอบครัว

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีหนี้สิน จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 รองลงมาคือ มีหนี้สิน จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3

ลักษณะของครอบครัว

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างอยู่คนเดียว จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 23.8 ผู้สูงอายุอยู่กับคู่สมรส จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 49.7 ผู้สูงอายุอยู่กับบุตร จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 23.1 ผู้สูงอายุอยู่กับหลาน จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 2 และอยู่กับคนอื่น ๆ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.4

การเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 74.7 และเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 25.3



ตารางที่ 4.1
แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างอายุระหว่าง 50 – 60 ปี

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง		จำนวน	ร้อยละ	หมายเหตุ
เพศ	ชาย	82	55.8	
	หญิง	65	44.2	
	รวม	147	100.0	
ขณะที่ท่านอายุ 50 – 60 ท่านประกอบอาชีพ				
	รับราชการ	33	22.4	
	รัฐวิสาหกิจ	65	44.2	
	พนักงานเอกชน	34	23.1	
	ค้าขาย	7	4.8	
	แม่บ้าน	1	0.7	
	อื่นๆ (ระบุ)	7	4.8	
	รวม	147	100.0	
ระดับการศึกษา				
	ระดับต่ำกว่าปริญญาตรี	29	19.7	
	ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	97	66.0	
	ระดับสูงกว่าปริญญาตรี	21	14.3	
	รวม	147	100.0	
สถานภาพสมรส				
	โสด	19	12.9	
	สมรส	113	76.9	
	ม้าย	14	9.5	
	หย่า – แยกกันอยู่	1	7	
	รวม	147	100	

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ	หมายเหตุ
ปัจจุบันรายได้ภายในครอบครัวของท่านเป็นอย่างไร			
มีเหลือเก็บ (รายได้มากกว่ารายจ่าย)	55	37.4	
มีพอใช้จ่าย (รายจ่ายสมดุลกับรายรับ)	88	59.9	
ไม่พอใช้และไม่เหลือเก็บ (รายจ่ายมากกว่ารายรับ)	4	2.7	
รวม	147	100.0	
ปัจจุบันท่านมีหนี้สินหรือไม่			
ไม่มี	98	66.7	
มี สาเหตุที่ต้องเป็นหนี้สิน	49	33.3	
รวม	147	100.0	
ลักษณะครอบครัวที่อาศัยอยู่ในปัจจุบัน			
อยู่คนเดียว	35	23.8	
อยู่กับคู่สมรส	73	49.7	
อยู่กับบุตร	34	23.1	
อยู่กับหลาน	3	2.0	
อื่น ๆ (โพรกระบุ)	2	1.4	
รวม	147	100.0	
ปัจจุบันท่านเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมใด ๆ หรือไม่			
ไม่เป็น	109	74.7	
เป็น (โพรกระบุ ชื่อชมรม / สมาคม)	37	25.3	
รวม	147	100.0	

4.1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยสนับสนุน

การศึกษาการเตรียมตัวเกษียณอายุของผู้สูงอายุ ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดศึกษาวิธีการเตรียมตัวเกษียณ โดยมีปัจจัยสนับสนุน 3 ด้าน คือ การสนับสนุนจากครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน และการสนับสนุนจากหน่วยงาน ผลการวิจัยมีดังนี้

4.1.2.1 การสนับสนุนจากครอบครัว

การสนับสนุนจากครอบครัว คือ การที่สมาชิกในครอบครัวทุกคนของผู้สูงอายุแสดงความรักใคร่ เอาใจใส่ยามเจ็บป่วย มีความใกล้ชิด คอยสนับสนุนช่วยเหลือในกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.1190 โดยผู้สูงอายุได้รับการเอาใจใส่ยามเจ็บป่วยสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.2449 แต่การมอบเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวให้ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 2.8980 โดยมีค่าต่ำสุด 2 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.2)

ตารางที่ 4.2
แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากครอบครัว

การสนับสนุนจากครอบครัว	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
สมาชิกในครอบครัวจัดอาหารการกินให้	1	4	0.6961	3.1701	147
สมาชิกในครอบครัวมอบเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวให้	1	4	0.9561	2.8980	147
สมาชิกในครอบครัวดูแลเอาใจใส่ท่านยามเจ็บป่วย	2	4	0.6035	3.2449	147
สมาชิกในครอบครัวดูแลความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้า และอื่น ๆ ให้แก่ท่าน	1	4	0.7219	3.1635	147
ค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากครอบครัวรวม	2	4	0.5302	3.1190	147

4.1.2.2 การสนับสนุนจากเพื่อน

การสนับสนุนจากเพื่อน คือ เพื่อน ๆ ทำให้ไม่รู้สึกละอาย ไปมาหาสู่เป็นประจำและสามารถปรับทุกข์ด้วยได้ เพื่อนช่วยเหลืเงินทองยามเดือดร้อน ให้ยืมสิ่งของยามขาดแคลน และทำให้ได้รู้ข่าวสารที่เกิดขึ้นในสังคม ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.1374 โดยผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนโดยทำให้ไม่รู้สึกละอาย และเพื่อนที่ไปมาหาสู่เป็นประจำ สามารถปรับทุกข์ด้วยได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 3.3129 แต่การที่เพื่อนช่วยเหลืเงินทองยามเดือดร้อนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เท่ากับ 2.7891 โดยมีค่าต่ำสุด 2.20 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.3)

ตารางที่ 4.3

แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากเพื่อน

การสนับสนุนจากเพื่อน	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
เพื่อน ๆ ของท่านทำให้ท่านไม่รู้สึกละอาย	2	4	0.5710	3.3129	147
ท่านมีเพื่อนที่ไปมาหาสู่เป็นประจำและสามารถปรับทุกข์ด้วยได้	2	4	0.5465	3.3129	147
เพื่อนของท่านช่วยเหลืเงินทองยามเดือดร้อน	1	4	0.8295	2.7891	147
เพื่อนของท่านให้หรือให้ยืมสิ่งของยามขาดแคลน	1	4	0.7001	3.0544	147
เพื่อน ๆ ของท่านทำให้ท่านได้รู้ข่าวสารที่เกิดขึ้นในสังคม	1	4	0.6250	3.2177	147
ค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากเพื่อน รวม	2.20	4	0.4225	3.1374	147

4.1.2.3 การสนับสนุนจากหน่วยงาน

การสนับสนุนจากหน่วยงาน คือ หน่วยงานได้ส่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุด้านการเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ทำกิจกรรมนันทนาการ เปิดโอกาสให้ผู้เกษียณอายุมาเยี่ยมหน่วยงานเดิมในลักษณะที่ปรึกษาหรือวิทยากร แนะนำข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 2.7279 โดยผู้สูงอายุได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุจากหน่วยงาน อาทิ ข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสภาพในวัยสูงอายุสูงที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.9048 แต่หน่วยงานต้นสังกัดให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เท่ากับ 2.6463 โดยมีค่าต่ำสุด 1 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.4)

ตารางที่ 4.4
แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากหน่วยงาน

การสนับสนุนจากหน่วยงาน	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุจากหน่วยงาน อาทิ ข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสภาพในวัยสูงอายุ	1	4	0.7967	2.9048	147
หน่วยงานต้นสังกัดของท่านให้การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุด้วยสื่อประเภทต่าง ๆ อาทิ เอกสารแผ่นพับต่าง ๆ ฯลฯ	1	4	0.8247	2.6531	147
ท่านได้รับการสนับสนุนในด้านการทำกิจกรรมนันทนาการ และพบปะสังสรรค์กันทั้งภายในและภายนอกหน่วยงานเสมอ	1	4	0.9532	2.6667	147
หน่วยงานได้เปิดโอกาสให้ผู้เกษียณมาเยี่ยมเยือนหน่วยงานเดิมในลักษณะเป็นที่ปรึกษาหรือวิทยากร	1	4	0.9656	2.7687	147
หน่วยงานต้นสังกัดของท่านให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณ	1	4	0.9566	2.6463	147
ค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากหน่วยงาน รวม	1	4	0.7286	2.7279	147

4.1.3 การยอมรับภาวะถดถอย

การยอมรับภาวะถดถอย คือ ผู้สูงอายุจะรู้สึกยอมรับว่าตนเองเป็นภาระของครอบครัว ไม่มี ความสำคัญต่อผู้อื่นอีกแล้ว กลัวโดยไม่มีเหตุผล คิดว่าบั้นปลายชีวิตเป็นเวลาที่ไร้ค่า รู้สึกท้อแท้ เหนื่อยเร็ว เป็นต้น ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุยอมรับภาวะถดถอยในระดับน้อย ค่าเฉลี่ย 1.7716 แต่ผู้สูง อายุคิดว่าตนเองเป็นภาระของครอบครัวสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.1224 และคิดว่าบั้นปลายชีวิตเป็น เวลาที่ไร้ค่า มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.4898 โดยมีค่าต่ำสุด 1.14 สูงสุด 3 (ตารางที่ 4.5)

ตารางที่ 4.5
แสดงค่าเฉลี่ยการยอมรับภาวะถดถอย

การยอมรับภาวะถดถอย	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านคิดว่าท่านเป็นภาระของครอบครัว	1	3	0.6182	2.1224	147
ท่านคิดว่าตนเอง ไม่มีความสำคัญต่อผู้อื่นอีกแล้ว	1	3	0.6644	2.0612	147
ท่านกลัวโดย ไม่มีเหตุผล	1	3	0.6230	1.5238	147
ท่านคิดว่าบั้นปลายชีวิตเป็นเวลาที่ไร้ค่า	1	3	0.5410	1.4898	147
ท่านรู้สึกว่าเหตุการณ์หรือคนอื่นในครอบครัว จะดีกว่านี้ ถ้าไม่มีท่าน	1	3	0.6214	1.5510	147
ท่านรู้สึกท้อแท้เมื่อเวลาทำอะไรแล้วรู้สึกเหนื่อย เร็ว	1	3	0.6249	2.0816	147
ท่านชอบที่จะอยู่ลำพังมากกว่าออกงานรื่นเริง	1	3	0.5734	1.5714	147
ค่าเฉลี่ยการยอมรับภาวะถดถอยรวม	1.14	3	0.2947	1.7716	147

4.1.4 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณของผู้สูงอายุ

การศึกษาการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดศึกษาวิธีการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุ 6 ด้าน คือ การเตรียมตัวด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย ด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม ผลการวิจัยมีดังนี้

4.1.4.1 การเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุด้านร่างกาย

การเตรียมตัวเกษียณอายุของผู้สูงอายุด้านร่างกาย คือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ และการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ การเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมและถูกหลักโภชนาการ ได้ออกกำลังกายและพักผ่อนตามความเหมาะสมกับวัย ตลอดจนการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุเตรียมตัวด้านร่างกายในระดับ ดี ค่าเฉลี่ย 3.3690 โดยผู้สูงอายุได้เลือกสรรรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยและถูกต้องตามหลักโภชนาการ และได้พักผ่อนร่างกายตามความเหมาะสมของสภาพร่างกายและวัย สูงที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.4082 แต่การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เช่น กายบริหาร วิ่งเหยาะ เดินเร็ว มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เท่ากับ 3.2789 โดยมีค่าต่ำสุด 2.50 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.6)

ตารางที่ 4.6
แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านร่างกาย

การเตรียมตัวด้านร่างกาย	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ และการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ	2	4	0.5654	3.3810	147
ท่านได้เลือกสรรรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยและถูกต้องตามหลักโภชนาการ	3	4	0.4932	3.4082	147
ท่านได้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยเกษียณอายุ เช่น กายบริหาร วิ่งเหยาะ เดินเร็ว หรือเดินแอโรบิค	2	4	0.5336	3.2789	147
ท่านได้พักผ่อนร่างกายตามความเหมาะสมของสภาพร่างกายและวัย	1	4	0.5704	3.4082	147
ท่านเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ และพบแพทย์ทุกครั้งที่มีอาการผิดปกติ	1	4	0.6297	3.3605	147
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านร่างกาย รวม	2.50	4	0.3196	3.3690	147

4.1.4.2 การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์

การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ คือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุเพื่อเตรียมใจให้พร้อมก่อนเผชิญในวัยเกษียณ ได้เตรียมใจไว้ยอมรับการนับถือจากผู้อื่นลดน้อยลง ยอมรับการสูญเสียอำนาจหน้าที่การงาน และศึกษาหาความรู้เรื่องธรรมชาติ หรือคำสอนทางศาสนา เพื่อฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ในระดับ ดี ค่าเฉลี่ย 3.4456 โดยผู้สูงอายุได้ศึกษาหาความรู้เรื่องธรรมชาติ หรือคำสอนทางศาสนา เพื่อฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณอายุสูงที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.6463 แต่การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อมก่อนเผชิญในวัยเกษียณ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.3741 โดยมีค่าต่ำสุด 2 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.7)

ตารางที่ 4.7

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์

การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุเพื่อเตรียมใจให้พร้อมก่อนที่เผชิญในวัยเกษียณ	1	4	0.6217	3.3741	147
ท่านได้เตรียมใจไว้แล้วว่า การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดน้อยลงภายหลังท่านเกษียณอายุไปแล้ว	1	4	0.5962	3.3605	147
ท่านได้เตรียมใจที่จะพบกับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณ เช่น การสูญเสียอำนาจหน้าที่การงาน	1	4	0.6043	3.4014	147
ท่านได้ศึกษาหาความรู้เรื่องธรรมชาติหรือคำสอนทางศาสนา เพื่อฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณอายุ	1	4	0.5465	3.6463	147
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ รวม	2	4	0.3787	3.4456	147

4.1.4.3 การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย

การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย คือ การที่ผู้สูงอายุได้วางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้ล่วงหน้าว่าจะอยู่ตามลำพังหรืออาศัยอยู่กับบุตรหลาน ที่พักอาศัยมีความเป็นส่วนตัว สามารถดูแลรักษาด้วยตนเอง มีสภาพแวดล้อมดี มีความสะดวกสบายในการเดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ และได้เตรียมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพตนเองในวัยเกษียณอายุ อาทิ วัสดุปูพื้นไม่ลื่น มีราวจับใต้อ่างล้างมือ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านที่พักอาศัยในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.3701 โดยผู้สูงอายุได้เตรียมที่พักอาศัยให้มีความเป็นส่วนตัวสามารถควบคุมดูแลรักษาได้ภายหลังเกษียณ และได้สำรวจสภาพแวดล้อมที่คิดว่าจะใช้เป็นที่พักภายหลังเกษียณสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.394 แต่ผู้สูงอายุได้เตรียมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพตนเองในวัยเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 3.3333 โดยมีค่าต่ำสุด 2.40 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.8)

ตารางที่ 4.8
แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย

การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านได้วางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้ล่วงหน้าว่าจะอยู่ตามลำพังหรืออาศัยอยู่กับบุตรหลาน	2	4	0.5094	3.3605	147
ที่พักอาศัยที่ท่านเตรียมวางแผนไว้มีความเป็นส่วนตัวและสามารถควบคุมดูแลรักษาตัวเองได้ภายหลังเกษียณ	2	4	0.5176	3.3946	147
ท่านได้ทำการสำรวจสภาพแวดล้อมที่ท่านคิดว่าจะใช้เป็นที่พักอาศัยภายหลังเกษียณ	1	4	0.5917	3.3946	147
ที่พักอาศัยที่ท่านเตรียมวางแผนไว้นั้นมีความสะดวกสบายในการเดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ เช่น โรงพยาบาล	1	4	0.5977	3.3673	147
ท่านได้เตรียมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพตนเองในวัยเกษียณอายุ อาทิ วัสดุปูพื้นไม่ลื่น มีราวจับใต้อ่างล้างมือ	2	4	0.5406	3.3333	147
ค่าเฉลี่ยด้านการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย รวม	2.40	4	0.3230	3.3701	147

4.1.4.4 การเตรียมตัวด้านค่าใช้จ่าย

การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย คือ การทดลองจำกัดการใช้จ่ายให้น้อยลงตามรายได้ที่ได้รับหลังเกษียณ วางแผนเกี่ยวกับงบประมาณรายรับ - รายจ่าย เก็บสะสมเงินออม เตรียมประกอบอาชีพสำรอง และปลดปล่อยหนี้สินต่าง ๆ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.2762 โดยผู้สูงอายุได้ทดลองจำกัดการใช้จ่ายให้น้อยลงตามรายได้ที่จะได้รับหลังเกษียณสูงที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.454 แต่การวางแผนเตรียมการประกอบอาชีพสำรองภายหลังเกษียณ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เท่ากับ 3.1633 โดยมีค่าต่ำสุด 2.20 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.9)

ตารางที่ 4.9

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย

การสนับสนุนจากครอบครัว	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านได้ทดลองจำกัดการ ใช้จ่ายให้น้อยลงตาม รายได้ที่จะ ได้รับหลังเกษียณ	1	4	0.5498	3.4354	147
ท่านได้วางแผนเกี่ยวกับงบประมาณรายรับ-รายจ่ายภายหลังเกษียณไว้ล่วงหน้า	1	4	0.5518	3.2109	147
ท่านได้เก็บสะสมเงินออมในรูปแบบต่าง ๆ อาทิ ผักธนาคาร ซื้อบ้านหรือที่ดิน ฯลฯ	2	4	0.5100	3.3197	147
ท่านได้วางแผนเตรียมการประกอบอาชีพสำรอง ภายหลังเกษียณ	2	4	0.6415	3.1633	147
ท่านได้ปลดปล่อยหนี้สินต่าง ๆ หรือวางแผน เตรียมการไว้แล้ว อาทิ หนี้สินธนาคาร ภาระหนี้ฯ	1	4	0.5715	3.2517	147
ค่าเฉลี่ยด้านการเตรียมตัวด้านการเงินและ ค่าใช้จ่าย รวม	2.20	4	0.3483	3.2762	147

4.1.4.5 การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก

การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก คือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมและงานอดิเรกที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ แสวงหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรก เช่น การสะสมรูปภาพ หนังสือ ฟีกทักษะการเล่นเกมส์และกีฬาต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ ฟีกทักษะงานศิลป์ต่าง ๆ ที่จะทำในวัยสูงอายุ เช่น การวาดภาพ การร้องเพลง เดินรำ ฯลฯ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.2296 โดยผู้สูงอายุได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมและงานอดิเรกที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.3265 แต่การฝึกทักษะการเล่นเกมส์และกีฬาต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ เช่น หมากรุก เปตอง มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เท่ากับ 3.1429 โดยมีค่าต่ำสุด 2 สูงสุด 4 (ตารางที่ 10)

ตารางที่ 4.10

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก

การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมและงานอดิเรกที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ	2	4	0.4849	3.3265	147
ท่านได้แสวงหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรก เช่น การสะสมรูปภาพ หนังสือ ฯลฯ	2	4	0.6230	3.1905	147
ท่านได้ฝึกทักษะการเล่นเกมส์และกีฬาต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ เช่น หมากรุก เปตอง	1	4	0.7585	3.1429	147
ท่านได้ฝึกทักษะงานศิลป์ต่าง ๆ ที่จะทำในวัยสูงอายุ เช่น การวาดภาพ การรำ ร้องเพลง ฯลฯ	1	4	0.6733	3.2585	147
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก รวม	2	4	0.4215	3.2296	147

4.1.4.6 การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม

การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม คือ การสำรวจและเตรียมค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมที่สนใจ การเข้าร่วมกิจกรรมก่อนการเกษียณเพื่อสร้างความเคยชิน เพื่อเป็นแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณ การเข้าร่วมกิจกรรมสาธารณะกุศล และมีกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากงานประจำ และคาดว่าจะทำต่อไปหลังเกษียณ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.2776 โดยผู้สูงอายุได้วางแผนที่จะสมัครเป็นสมาชิกสมาคมหรือชมรมต่าง ๆ ที่สนใจ สูงที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.3878 แต่การเข้าร่วมกิจกรรมก่อนการเกษียณอายุเพื่อสร้างความเคยชินซึ่งจะเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด เท่ากับ 3.1497 โดยมีค่าต่ำสุด 2.40 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.11)

ตารางที่ 4.11

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม

การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
ท่านได้สำรวจและเตรียมค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมที่ท่านสนใจ	2	4	0.5896	3.1701	147
ท่านได้เข้าร่วมกิจกรรมก่อนการเกษียณอายุเพื่อสร้างความเคยชิน ซึ่งจะกลายเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณ	1	4	0.5776	3.1497	147
ท่านเคยได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ งานสาธารณะกุศล งานรื่นเริงสังสรรค์ งานอาสาสมัคร	2	4	0.6015	3.2993	147
ในปัจจุบันท่านวางแผนที่จะสมัครเป็นสมาชิกสมาคมหรือชมรมต่าง ๆ ที่ท่านสนใจ	1	4	0.7066	3.3878	147
ในปัจจุบันท่านมีกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากงานประจำอยู่แล้ว และคาดว่าจะทำต่อไปหลังเกษียณอายุ	2	4	0.6655	3.3810	147
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม รวม	2.40	4	0.3948	3.2776	147

4.1.4.7 สรุปภาพรวมการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

สรุปภาพรวมการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุมีความสนใจด้านจิตใจและอารมณ์เป็นอย่างมาก มีค่าเฉลี่ยถึง 3.4456 รองลงมาคือด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ย 3.3690 ถัดมาคือด้านที่พักอาศัย จะเห็นว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านที่พักอาศัย ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 3.3701 และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม มีค่าเฉลี่ย 3.2776 การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย จะเริ่มลดลงซึ่งดูจากค่าเฉลี่ยจะได้ 3.2762 และที่น้อยที่สุดของการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุคือด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก ผู้สูงอายุให้ความสนิใจน้อย ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 3.2296 (ตารางที่ 4.12)

ตารางที่ 4.12

สรุปภาพรวมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ

ประเภท	การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ	ค่าเฉลี่ย	ระดับการเตรียมตัว	ลำดับ
-	การเตรียมตัวด้านร่างกาย	3.3690	เตรียมมาก	2
-	การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์	3.4456	เตรียมมาก	1
-	การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย	3.3701	เตรียมมาก	3
-	การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย	3.2762	เตรียมมาก	5
-	การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก	3.2296	เตรียมมาก	6
-	การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม	3.2776	เตรียมมาก	4

4.1.4.8 การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณแยกตามหน่วยงาน
ในการศึกษาความแตกต่างของการเตรียมตัวเกษียณอายุทั้ง 6 ด้าน จำแนกออกเป็นด้าน
ร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและค่าใช้จ่าย ด้านการใช้เวลาและงาน
อดิเรก และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม โดยการใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว เพื่อจำแนก
ความแตกต่างระหว่างผู้มีสถานที่ทำการต่างกัน พบว่ามีความแตกต่างกันในด้านการเข้าร่วมกิจกรรม
เพียงด้านเดียว ส่วนด้านอื่น ๆ ไม่มีความแตกต่าง (ตารางที่ 4.13, 4.14, 4.15, 4.16, 4.17, 4.18, 4.19,
4.20, 4.21 และ 4.22)

จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของเตรียมตัวก่อนเกษียณ
ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม พบว่าผู้สูงอายุที่ทำงานต่างกัน เตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม
ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้สูงอายุที่ทำงานอาชีพแม่บ้าน มีการเตรียมตัวด้านการ
เข้าร่วมกิจกรรมสังคมสูงสุดมีค่าเฉลี่ย 3.800 ส่วนผู้สูงอายุที่ทำอาชีพรับราชการมีค่าเฉลี่ยการเตรียมตัว
ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมต่ำสุดเฉลี่ย 3.10 (ตารางที่ 4.23 และ 4.24)

ตารางที่ 4.13

การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านร่างกาย
ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	D.F.	MS	SS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	5	7.552E - 02	0.378	0.732	.600
ภายในกลุ่ม	141	0.103	14.539		
รวม	146		14.917		

ตารางที่ 4.14

ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านร่างกาย ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

การทำงาน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
รับราชการ	33	3.3409	0.3944
รัฐวิสาหกิจ	65	3.4192	0.2728
พนักงานเอกชน	34	3.3235	0.3229
ค้าขาย	7	3.3571	0.1967
แม่บ้าน	1	3.5000	-
อื่น ๆ	7	3.2500	0.4330
รวม	147	3.3690	0.3196

ตารางที่ 4.15

การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านจิตใจ
และอารมณ์ ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	D.F.	MS	SS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	5	0.129	0.646	0.897	.485
ภายในกลุ่ม	141	0.144	20.294		
รวม	146		20.940		

ตารางที่ 4.16

ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านจิตใจและอารมณ์ ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

การทำงาน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
รับราชการ	33	3.4015	0.3362
รัฐวิสาหกิจ	65	3.4692	0.3046
พนักงานเอกชน	34	3.3897	0.4892
ค้าขาย	7	3.5000	0.5590
แม่บ้าน	1	4.0000	-
อื่นๆ	7	3.5714	0.4009
รวม	147	3.4456	0.3787

ตารางที่ 4.17

การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณ
ด้านที่พักอาศัย ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	D.F.	MS	SS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	5	5.233E - 02	0.262	0.493	.781
ภายในกลุ่ม	141	0.106	14.967		
รวม	146		15.228		

ตารางที่ 4.18

ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านที่พักอาศัย ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

การทำงาน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
รับราชการ	33	3.3818	0.3097
รัฐวิสาหกิจ	65	3.3569	0.3192
พนักงานเอกชน	34	3.3882	0.3189
ค้าขาย	7	3.3714	0.4231
แม่บ้าน	1	3.8000	-
อื่น ๆ	7	3.2857	0.3976
รวม	147	3.3701	0.3230

ตารางที่ 4.19

การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการเงิน
และค่าใช้จ่าย ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	D.F.	MS	SS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	5	0.169	0.845	1.413	0.223
ภายในกลุ่ม	141	0.120	16.862		
รวม	146		17.707		

ตารางที่ 4.20

ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการเงินและค่าใช้จ่าย ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

การทำงาน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
รับราชการ	33	3.3273	0.3802
รัฐวิสาหกิจ	65	3.2800	0.3198
พนักงานเอกชน	34	3.2765	0.3340
ค้าขาย	7	3.3429	0.4721
แม่บ้าน	1	3.0000	-
อื่น ๆ	7	2.9714	0.3352
รวม	147	3.2762	0.3483

ตารางที่ 4.21

การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	D.F.	MS	SS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	5	0.138	0.689	0.770	0.573
ภายในกลุ่ม	141	0.179	25.250		
รวม	146		25.939		

ตารางที่ 4.22

ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

การทำงาน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
รับราชการ	33	3.2727	0.4391
รัฐวิสาหกิจ	65	3.2615	0.4429
พนักงานเอกชน	34	3.1912	0.3846
ค้าขาย	7	3.1786	0.1890
แม่บ้าน	1	3.2500	-
อื่นๆ	7	2.9643	0.4880
รวม	147	3.2296	0.4215

ตารางที่ 4.23

การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	D.F.	MS	SS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	5	0.363	1.815	2.444	0.037
ภายในกลุ่ม	141	0.149	20.941		
รวม	146		22.756		

ระดับนัยสำคัญทางสถิติ = .05

ตารางที่ 4.24

ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน

การทำงาน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
รับราชการ	33	3.0970	0.4004
รัฐวิสาหกิจ	65	3.3231	0.3422
พนักงานเอกชน	34	3.3059	0.4242
ค้าขาย	7	3.4857	0.2795
แม่บ้าน	1	3.8000	-
อื่น ๆ	7	3.2857	0.5640
รวม	147	3.2776	0.3948

4.1.5 การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุ

ในการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยวิเคราะห์โดยวิธีการถดถอยพหุคูณแบบปกติ โดยมีตัวแปรทั้งหมด 17 ตัวแปร เป็นตัวแปรอิสระ 11 ตัวแปร คือ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ความพอเพียงทางการเงิน หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม อาชีพ การสนับสนุนจากครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน และการสนับสนุนจากหน่วยงาน ส่วนตัวแปรตามได้แก่การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทั้ง 6 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย การใช้เวลาและงานอดิเรก และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม ซึ่งตัวแปรทั้งหมดมีลักษณะข้อมูล ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย ของตัวแปรดังปรากฏในตารางที่ 4.25 และผลการทดสอบค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรทุกตัวพบว่าตัวแปรมีความสัมพันธ์กันไม่สูง (ตารางที่ 4.26) ไม่เป็นผลต่อการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ จากนั้นผู้วิจัยจึงได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์ในสมการถดถอยพหุคูณ โดยแยกเป็น 6 สมการดังนี้

1. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกาย
2. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ
3. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย
4. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย
5. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและการทำงานอดิเรก
6. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม

ตารางที่ 4.25

ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ค่าเฉลี่ย และลักษณะของตัวแปรในสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเฉลี่ย	ลักษณะตัวแปร
เพศ	.00	1.00		1 = ชาย 0 = หญิง
สถานภาพสมรส	.00	1.00		1 = มีคู่ 0 = ไม่มีคู่
ระดับการศึกษา	.00	3.00		1 = ต่ำกว่า ป.ตรี 2 = ป.ตรีเทียบเท่า 3 = สูงกว่า ป.ตรี
ความพอเพียงทางการเงิน (รายได้) หนี้สิน	.00	1.00		1 = พอ 0 = ไม่พอ 0 = ไม่มี 1 = มี
ลักษณะครอบครัว	.00	1.00		1 = อยู่กับสมาชิก 0 = อยู่คนเดียว
การเป็นสมาชิกทางสังคม	.00	1.00		1 = เป็น 0 = ไม่เป็น
อาชีพ	.00	1.00		1 = รับราชการ 0 = ไม่ใช้รับราชการ
การสนับสนุนจากครอบครัว	2.00	4.00	3.1190	
การสนับสนุนจากเพื่อน	2.20	4.00	3.1374	
การสนับสนุนจากหน่วยงาน (องค์กร)	1.00	3.80	2.7279	
ร่างกาย	2.50	4.00	3.3690	
จิตใจและอารมณ์	2.00	4.00	3.4156	
การเตรียมตัวเรื่องที่พักอาศัย	2.40	4.00	3.3701	
การเงินและการใช้จ่าย	2.20	4.00	3.2762	
การใช้เวลาและงานอดิเรก	2.00	4.00	3.2296	
การเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม	2.40	4.00	3.2776	

ตารางที่ 4.26

ค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรทุกตัวในสมการว่าเกณฑ์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของผู้สูงอายุ

	FRIEND	WORK	MEMBER	DEBT	MARI	EDU	GENDER	ORGAN	INC	FAMILY	SUPPORT
FRIEND	1.000										
WORK	.076	1.000									
MEMBER	.014	-.010	1.000								
DEBT	.101	.125	-.096	1.000							
MARI	.126	.092	.010	.111	1.000						
EDU	.063	-.089	-.137	.142	.016	1.000					
GENDER	-.205	-.070	-.096	-.275	-.075	.049	1.000				
ORGAN	-.159	-.176	.172	-.060	-.132	-.179	-.010	1.000			
INC	-.085	.038	.002	-.141	-.321	-.130	.036	-.074	1.000		
FAMILY	-.134	-.262	.125	-.292	-.149	-.113	.049	.155	.005	1.000	
SUPPORT	-.551	.008	-.117	-.003	.125	.057	.131	-.108	-.091	-.116	1.000

4.5.1.1 การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกาย

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกาย ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งมีตัวแปรอิสระทั้งหมด 11 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม การประกอบอาชีพ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน การสนับสนุนจากหน่วยงาน และต้องแปรตาม คือ การเตรียมตัวด้านร่างกาย พบว่าตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวด้านร่างกายในระดับปานกลาง ($R = .482$) และสามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวด้านร่างกายในระดับค่อนข้างน้อย คือ พยากรณ์ได้เพียงร้อยละ 23.3 ($R^2 = .233$) (ตารางที่ 4.27) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกายของผู้สูงอายุเพียง 2 ตัวแปร ได้แก่ การสนับสนุนของครอบครัว (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวมากมีการเตรียมตัวด้านร่างกายมาก หากได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยมีการเตรียมตัวด้านร่างกายน้อย) และการสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนมาก จะมีการเตรียมตัวด้านร่างกายมาก) ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนน้อยมีการเตรียมตัวด้านร่างกายน้อย)

ตารางที่ 4.27

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกายของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	t	Sig.
เพศ	6.525E-02	.052	.102	1.252	.213
สถานภาพสมรส	3.001E-02	.063	.040	.478	.633
การศึกษา	-6.922E-02	.044	-.126	-1.568	.119
รายได้	-.181	.162	-.093	-1.113	.268
หนี้สิน	-5.623E-02	.057	-.083	-.991	.324
ลักษณะครอบครัว	-7.861E-03	.063	-.011	-.124	.901
การเป็นสมาชิกทางสังคม	1.698E-02	.058	.023	.295	.768
การประกอบอาชีพ	6.365E-02	.055	.094	1.167	.245
การสนับสนุนของครอบครัว	.118	.059	.197	1.997	.048
การสนับสนุนจากเพื่อน	.205	.75	.272	2.716	.007
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	2.635E-02	.036	.060	.725	.470
ค่าคงที่	2.512	.242	-	10.391	.000

$R = .482$

$R^2 = .232$

$R^2 \text{ Adj} = .169$

$F = 3.681$

$\text{Sig} = .000$

4.1.5.2 การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจของผู้สูงอายุ ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งมีตัวแปรอิสระทั้งหมด 11 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม การประกอบอาชีพ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน การสนับสนุนจากหน่วยงาน และตัวแปรตาม คือ การเตรียมตัวด้านการใช้อารมณ์และจิตใจ พบว่าตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวด้านการใช้อารมณ์และจิตใจในระดับค่อนข้างน้อย คือพยากรณ์ได้เพียงร้อยละ 20.5 ($R^2 = .205$) (ตารางที่ 4.28) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการใช้อารมณ์และจิตใจของผู้สูงอายุเพียง 1 ตัวแปร ได้แก่ การสนับสนุนของครอบครัว (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวมาก มีการเตรียมตัวด้านการใช้อารมณ์และจิตใจมาก หากได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยมีการเตรียมตัวด้านการใช้อารมณ์และจิตใจน้อย)

ตารางที่ 4.28

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	t	Sig.
เพศ	2.415E-02	.063	.032	.383	.702
สถานภาพสมรส	-6.835E-02	.076	-.076	-.901	.369
การศึกษา	-.102	.053	-.156	-1.917	.057
รายได้	6.719E-02	.196	.029	.342	.733
หนี้สิน	-1.341E-02	.069	-.017	-.195	.845
ลักษณะครอบครัว	-5.942E-02	.077	-.067	-.776	.439
การเป็นสมาชิกทางสังคม	-8.873E-02	.070	-.102	-.275	.205
การประกอบอาชีพ	1.894E-02	.066	.024	.287	.715
การสนับสนุนจากครอบครัว	.248	.072	.348	3.464	.001
การสนับสนุนจากเพื่อน	6.645E-02	.091	.074	.728	.468
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	-7.617E-02	.044	-.015	-.173	.863
ค่าคงที่	2.686	.292	-	9.185	.000

$R = .453$

$R^2 = .205$

$R^2 \text{ Adj} = .140$

$F = 3.150$

$\text{Sig} = .001$

4.1.5.3 การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งมีตัวแปรอิสระทั้งหมด 11 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม การประกอบอาชีพ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน การสนับสนุนจากหน่วยงาน และตัวแปรตาม คือการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย พบว่าตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยในระดับต่ำ ($R = .340$) และสามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยในระดับค่อนข้างน้อย คือพยากรณ์ได้เพียงร้อยละ 11.6 ($R^2 = .116$) (ตารางที่ 4.29) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยของผู้สูงอายุเพียง 1 ตัวแปร ได้แก่การสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนมาก มีการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยมาก หากได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนน้อยมีการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยน้อย)

ตารางที่ 4.29

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	t	Sig.
เพศ	-6.966E-02	.056	-.108	-1.241	.217
สถานภาพสมรส	.123	.068	.163	1.820	.071
การศึกษา	-3.213E-02	.048	-.058	-.675	.501
รายได้	-2.456E-03	.175	-.001	-.014	.989
หนี้สิน	3.591E-03	.061	.005	.059	.953
ลักษณะครอบครัว	8.072E-03	.068	.011	.118	.906
การเป็นสมาชิกทางสังคม	-4.297E-02	.062	-.059	-.693	.489
การประกอบอาชีพ	-2.754E-02	.059	-.040	-.469	.640
การสนับสนุนจากครอบครัว	-3.715E-03	.064	-.006	-.058	.954
การสนับสนุนจากเพื่อน	.193	.081	.255	2.373	.019
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	4.399E-02	.039	.100	1.123	.264
ค่าคงที่	2.696	.261		10.350	.000

$R = .340$

$R^2 = .116$

$R^2 \text{ Adj} = .043$

$F = 1.594$

$\text{Sig} = .107$

4.1.5.4 การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้เงินของผู้สูงอายุ ในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งมีตัวแปรอิสระทั้งหมด 11 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษารายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม การประกอบอาชีพ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน การสนับสนุนจากหน่วยงาน และตัวแปรตาม คือ การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย พบว่าตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายในระดับต่ำ ($R = .480$) และสามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายในระดับค่อนข้างน้อย คือพยากรณ์ได้เพียงร้อยละ 23.3 ($R^2 = .233$) (ตารางที่ 4.30) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายเพียง 2 ตัวแปร ได้แก่ การสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนมาก มีการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้เงินมาก หากได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนน้อย มีการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายน้อย) และการสนับสนุนจากหน่วยงาน (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานมาก มีการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายมาก หากผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานน้อย มีการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายน้อย)

ตารางที่ 4.30

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	t	Sig.
เพศ	-5.615E-02	.056	.081	-.998	.320
สถานภาพสมรส	7.065E-02	.068	.087	1.043	.299
การศึกษา	1.343E-02	.048	.023	.282	.779
รายได้	-.111	.175	-.053	-.633	.528
หนี้สิน	.114	.061	.157	1.865	.064
ลักษณะครอบครัว	-.111	.068	-.138	-1.626	.106
การเป็นสมาชิกทางสังคม	9.049E-02	.062	.115	1.457	.148
การประกอบอาชีพ	4.845E-02	.059	.066	.823	.412
การสนับสนุนจากครอบครัว	-3.830E-02	.064	-.059	-.599	.550
การสนับสนุนจากเพื่อน	.295	.081	.363	3.624	.000
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	.124	.039	.263	3.165	.002
ค่าคงที่	2.127	.261	—	8.148	.000

R = .480

R² = .233R² Adj = .170

F = 3.699

Sig = .000

4.1.5.5 การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรกของผู้สูงอายุในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งมีตัวแปรอิสระทั้งหมด 11 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม การประกอบอาชีพ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน การสนับสนุนจากหน่วยงาน และตัวแปรตาม คือการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก พบว่าตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรกในระดับต่ำ ($R = .461$) และสามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรกในระดับค่อนข้างน้อย คือพยากรณ์ได้เพียงร้อยละ 21.2 ($R^2 = .212$) (ตารางที่ 4.31) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรกเพียง 3 ตัวแปร ได้แก่ การศึกษามีอิทธิพลเชิงผกผันกับการเตรียมตัวด้านการใช้เวลา (ผู้สูงอายุที่มีการศึกษามากมีการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกน้อย หากผู้สูงอายุที่มีการศึกษาน้อย มีการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกมาก) การ

สนับสนุนจากครอบครัว (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวมากมากมีการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกมาก หากได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยมีการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกมาก) และการสนับสนุนจากหน่วยงาน (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานมากมีการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกมาก ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานน้อย มีการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกน้อย)

ตารางที่ 4.31

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัว
ด้านการใช้เวลาว่างงานอดิเรกของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	T	Sig.
เพศ	1.258E-02	.068	.015	.185	.853
สถานภาพสมรส	-3.294E-02	.082	.034	-.403	.687
การศึกษา	-.150	.057	-.212	-2.607	.010
รายได้	-.246	.211	-.098	-1.166	.246
หนี้สิน	9.376E-02	.074	.108	1.209	.207
ลักษณะครอบครัว	-3.652E-02	.082	-.038	-.443	.658
การเป็นสมาชิกทางสังคม	-2.979E-02	.075	-.032	-.398	.692
การประกอบอาชีพ	8.428E-02	.071	.097	1.187	.237
การสนับสนุนจากครอบครัว	.219	.077	.284	2.843	.005
การสนับสนุนจากเพื่อน	-1.106E-03	.098	-.001	-.011	.991
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	.116	.047	.206	2.448	.016
ค่าคงที่	2.720	.315	-	8.640	.000

R = .461

R² = .212R² Adj = .147

F = 3.281

Sig = .001

4.1.5.6 การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม

การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมของผู้สูงอายุในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณซึ่งมีตัวแปรอิสระทั้งหมด 11 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม การประกอบอาชีพ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน การสนับสนุนจากหน่วยงาน และตัวแปรตาม คือ การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม พบว่าตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมในระดับต่ำ ($R = .390$) และสามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมในระดับค่อนข้างน้อย คือ พยากรณ์ได้เพียงร้อยละ 15.2 ($R^2 = .152$) (ตารางที่ 4.32) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมเพียงตัวแปรเดียว ได้แก่ การสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนมากมีการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมมาก หากได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนน้อย มีการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมน้อย)

ตารางที่ 4.32

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	t	Sig.
เพศ	-6.971E-02	.067	-.089	-1.036	.302
สถานภาพสมรส	3.448E-02	.081	.037	.426	.671
การศึกษา	-2.646E-02	.057	-.039	.464	.643
รายได้	-0.308	.209	-.129	-1.473	.143
หนี้สิน	4.871E-02	.073	.059	.663	.507
ลักษณะครอบครัว	.104	.082	.114	1.271	.206
การเป็นสมาชิกทางสังคม	.109	.074	.121	1.469	.144
การประกอบอาชีพ	-.132	.070	-.159	-1.874	.063
การสนับสนุนจากเพื่อน	.191	.077	.259	2.496	.014
การสนับสนุนจากครอบครัว	2.244E-02	.097	.024	.230	.818
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	4.087E-02	.047	.076	.871	.386
ค่าคงที่	2.889	.312	-	9.256	.000

$R = .390$

$R^2 = .152$

$R^2 \text{ Adj} = .082$

$F = 2.180$

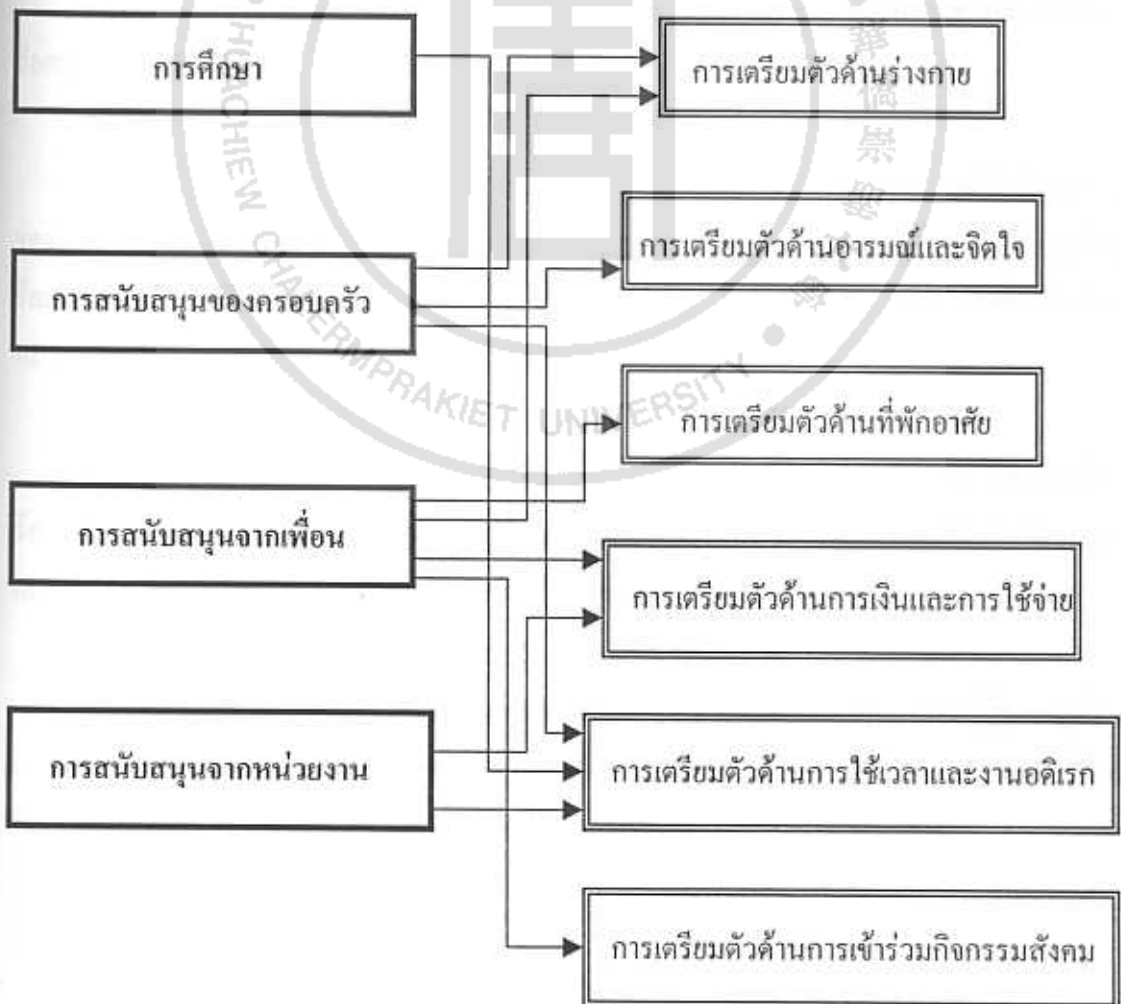
$\text{Sig} = .019$

4.1.6 สรุปภาพรวมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ พบว่า ระดับการศึกษาที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก การสนับสนุนของครอบครัวมีผลต่อการเตรียมตัว 3 ด้าน คือ การเตรียมตัวด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ และด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก การสนับสนุนจากเพื่อนมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ 4 ด้าน คือ การเตรียมตัวด้านร่างกาย ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม ส่วนการสนับสนุนจากหน่วยงาน มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ 2 ด้าน คือ การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก (แผนภูมิที่ 4.1)

แผนภูมิที่ 4.1

สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ



4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณของผู้สูงอายุในจังหวัดสมุทรปราการ ได้ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 235 คน ที่เกษียณจากหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และอาชีพอิสระ ได้รับแบบสอบถามมาเต็มจำนวน

4.2.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

การเสนอข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อาชีพ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว และการเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม โดยจะนำเสนอในรูปแบบเป็นร้อยละ

เพศ

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างที่อายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 235 คน เป็นเพศชาย 120 คน คิดเป็นร้อยละ 51.1 และเป็นเพศหญิง จำนวน 115 คน คิดเป็นร้อยละ 48.9

การประกอบอาชีพ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับราชการจำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 47.2 รองลงมาคือ พนักงานรัฐวิสาหกิจ 35 คน คิดเป็นร้อยละ 14.9 พนักงานหน่วยงานเอกชน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 11.9 ค้าขาย จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 11.5 ส่วนอาชีพแม่บ้าน จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 6.8 และอาชีพอื่น ๆ เช่น เกษตรกร 18 คน คิดเป็นร้อยละ 7.7

ระดับการศึกษา

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จบการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 129 คน คิดเป็นร้อยละ 54.9 รองลงมาจบการศึกษาระดับปริญญาตรี หรือเทียบเท่า จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 40.0 และระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 7.7

สถานภาพสมรส

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างที่เป็นโสด จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 12.0 ผู้สูงอายุที่สมรสแล้ว จำนวน 171 คน คิดเป็นร้อยละ 73.1 ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพเป็นหม้าย จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 9.8 และที่หย่าหรือแยกกันอยู่ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 5.1

รายได้ภายในครอบครัว

ครอบครัวของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างมีรายได้เหลือเก็บ จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 34.2 ผู้สูงอายุที่มีรายได้พอใช้จ่าย จำนวน 145 คน คิดเป็นร้อยละ 61.4 และผู้สูงอายุที่มีรายได้ไม่พอใช้และไม่เหลือเก็บ จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 5.1

ภาระหนี้สินของครอบครัว

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีหนี้สิน จำนวน 202 คน คิดเป็นร้อยละ 86.0 และผู้สูงอายุที่มีหนี้สิน จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 14.0

ลักษณะของครอบครัว

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างอยู่คนเดียว จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 3 ผู้สูงอายุอยู่กับคู่สมรส จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 62.1 ผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตร จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 15.3 ผู้สูงอายุที่อยู่กับหลาน จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 11.9 และผู้สูงอายุที่อยู่กับบุคคลอื่น ๆ จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 7.7

การเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม

ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 63.8 และผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 36.2

(ตารางที่ 4.33)

ตารางที่ 4.33
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง		จำนวน	ร้อยละ	หมายเหตุ
เพศ	ชาย	120	51.1	
	หญิง	115	48.9	
รวม		235	100	
ท่านประกอบอาชีพ				
	รับราชการ	111	47.2	
	รัฐวิสาหกิจ	35	14.9	
	พนักงานเอกชน	28	11.9	
	ค้าขาย	27	11.5	
	แม่บ้าน	16	6.8	
	อื่น ๆ (ระบุ)	18	7.7	
รวม		235	100	
ระดับการศึกษา				
	ระดับต่ำกว่าปริญญาตรี	129	54.9	
	ระดับปริญญาตรี หรือเทียบเท่า	94	40.0	
	ระดับสูงกว่าปริญญาตรี	12	5.1	
รวม		235	100	
สถานสมรส				
	โสด	28	12.0	
	แต่งงาน	171	73.1	
	หม้าย	23	9.8	
	หย่า - แยกกันอยู่	12	5.1	
รวม		235	100	
ปัจจุบันรายได้ภายในครอบครัวท่านเป็นอย่างไร				
	มีเหลือเก็บ (รายได้มากกว่ารายจ่าย)	80	34.2	
	มีพอใช้ (รายจ่ายสมดุลกับรายรับ)	145	61.4	
	ไม่พอใช้และ ไม่เหลือเก็บ (รายจ่ายมากกว่ารายรับ)	9	5.1	
รวม		235	100	

ตารางที่ 4.33 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ	หมายเหตุ
ปัจจุบันท่านมีหนี้สินหรือไม่			
ไม่มี	202	86.0	
มี	33	14.0	
รวม	235	100	
ลักษณะครอบครัวที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน			
อยู่คนเดียว	7	3.0	
อยู่กับคู่สมรส	146	62.1	
อยู่กับบุตร	36	15.3	
อยู่กับหลาน	28	11.9	
อื่น ๆ (ไปรครอบครัว)	18	7.7	
รวม	235	100	
ปัจจุบันท่านเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมใด ๆ หรือไม่			
ไม่เป็น	150	63.8	
เป็น	85	36.2	
รวม	235	100	

4.2.2 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยสนับสนุน

การศึกษาการเตรียมตัวภายหลังเกษียณของผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดวิธีการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณ โดยมีปัจจัยสนับสนุน 3 ด้าน คือ การสนับสนุนจากครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน และการสนับสนุนจากหน่วยงาน ผลการวิจัยมีดังนี้

4.2.2.1 การสนับสนุนจากครอบครัว

การสนับสนุนจากครอบครัว คือ การที่สมาชิกในครอบครัวจัดอาหารการกินให้ มอบเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวให้ การดูแลเอาใจใส่ยามเจ็บไข้ได้ป่วย และดูแลความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้า และอื่น ๆ ให้ ซึ่งผลวิจัยพบว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 2.7649 โดยผู้สูงอายุได้รับการดูแลความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้า และอื่น ๆ จากสมาชิกในครอบครัวสูงที่สุดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.2125 แต่สมาชิกในครอบครัวมอบเงินค่าใช้ส่วนตัวให้ผู้สูงอายุมีค่าน้อยที่สุดเท่ากับ 2.2170 โดยมีค่าต่ำสุด 1.25 สูงสุด 4 (ตาราง 4.34)

ตารางที่ 4.34

แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากครอบครัว

การสนับสนุนจากครอบครัว	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
สมาชิกในครอบครัวจัดอาหารการกินให้	1.00	4.00	0.8002	2.9745	235
สมาชิกในครอบครัวมอบเงินค่าใช้ส่วนตัวให้	1.00	4.00	0.9739	2.2170	235
สมาชิกในครอบครัวดูแลเอาใจใส่ท่านยามเจ็บป่วย	1.00	4.00	0.8845	3.6553	235
สมาชิกในครอบครัวดูแลความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้า และอื่น ๆ ให้แก่ท่าน	1.00	4.00	0.7435	3.2125	235
ค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากครอบครัว รวม	1.00	4.00	0.5067	2.7649	235

4.2.2.2 การสนับสนุนจากเพื่อน

การสนับสนุนจากเพื่อน คือ การที่ผู้สูงอายุมีเพื่อนไปมาหาสู่เป็นประจำ และสามารถปรับทุกข์ด้วยได้ ช่วยเหลือเงินทองยามเดือดร้อน เพื่อนให้หรือให้ยืมสิ่งของยามขาดแคลน และช่วยให้ได้รับข่าวสารที่เกิดขึ้นในสังคม ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 2.8809 โดยผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนที่ไปมาหาสู่เป็นประจำและสามารถปรับทุกข์ด้วยได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.2511 แต่เพื่อนของผู้สูงอายุช่วยเหลือเงินทองยามเดือดร้อน มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดเท่ากับ 2.3319 โดยมีค่าต่ำสุด 1.20 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.35)

ตารางที่ 4.35

แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากเพื่อน

การสนับสนุนจากเพื่อน	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่านมีเพื่อนที่ไปมาหาสู่เป็นประจำและสามารถปรับทุกข์ด้วยได้	1.00	4.00	0.6478	3.2511	235
- เพื่อนของท่านช่วยเหลือเงินทองยามเดือดร้อน	1.00	4.00	0.6922	2.3319	235
- เพื่อนของท่านให้หรือให้ยืมสิ่งของยามท่านขาดแคลน	1.00	4.00	0.8170	2.4511	235
- เพื่อน ๆ ของท่านทำให้ท่านได้รับข่าวสารที่เกิดขึ้นในสังคม	1.00	4.00	0.6831	3.1574	235
ค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากเพื่อน รวม	1.00	4.00	0.3809	2.8809	235

4.2.2.3 การสนับสนุนจากหน่วยงาน

การสนับสนุนจากหน่วยงาน คือ หน่วยงานได้ส่งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุด้านการเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ทำกิจกรรมนันทนาการ เปิดโอกาสให้ผู้เกษียณอายุมาเยี่ยมหน่วยงานเดิมในลักษณะที่ปรึกษาหรือวิทยากร แนะนำข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 2.4604 โดยผู้สูงอายุได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุจากหน่วยงาน อาทิ ข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสุขภาพในวัยสูงอายุสูงสุด มีค่าเฉลี่ย 2.6979 แต่หน่วยงานต้นสังกัดให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณ มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด เท่ากับ 1.8936 โดยมีค่าต่ำสุด 1 สูงสุด 3.60 (ตารางที่ 4.36)

ตารางที่ 4.36
แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากหน่วยงาน

การสนับสนุนจากหน่วยงาน	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุจากหน่วยงาน อาทิ ข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพในวัยสูงอายุ	1.00	4.00	0.7778	2.6979	235
- หน่วยงานต้นสังกัดของท่านให้การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุด้วยสื่อประเภทต่าง ๆ อาทิ เอกสาร แผ่นพับต่าง ๆ ฯลฯ	1.00	4.00	0.9575	2.6340	235
- ท่านได้รับการสนับสนุนในด้านการทำกิจกรรมนันทนาการ และการพบปะสังสรรค์กันทั้งภายในและ ภายนอกหน่วยงานเสมอ	1.00	4.00	0.8412	2.5702	235
- หน่วยงาน ได้เปิด โอกาสให้ผู้เกษียณมาเยี่ยมเยียน	1.00	4.00	0.9668	2.5064	235
- หน่วยงานเดิมในลักษณะเป็นที่ปรึกษาหารือ หรือ วิทยากร	1.00	4.00	0.7406	1.8936	235
- หน่วยงานต้นสังกัดของท่านให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณ	1.00	4.00	0.7406	1.8936	235
ค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากหน่วยงาน รวม	1.00	3.60	0.5368	2.4604	235

4.2.3 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมตัวหลังการเกษียณของผู้สูงอายุ

การศึกษาการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้วในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดศึกษาวิธีการเตรียมตัวหลังเกษียณของผู้สูงอายุ 6 ด้าน คือ การเตรียมตัวด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย ด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม ผลการวิจัยมีดังนี้

4.2.3.1 การเตรียมตัวด้านร่างกาย

การเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุด้านร่างกาย คือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุและการปฏิบัติตนภายหลังเกษียณ การเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมและถูกหลักโภชนาการ ได้ออกกำลังกายและพักผ่อนตามความเหมาะสมกับวัย ตลอดจนการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุเตรียมตัวด้านร่างกายในระดับ ดี ค่าเฉลี่ย 3.0757 โดยผู้สูงอายุได้เลือกสรรรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยและถูกต้องตามหลักโภชนาการสูงที่สุดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.1498 แต่ผู้สูงอายุได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ และพบแพทย์ทุกครั้งที่มีการผิดปกติมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด เท่ากับ 2.9957 โดยมีค่าต่ำสุด 1.40 สูงสุด 4.00 (ตารางที่ 4.37)

ตารางที่ 4.37

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านร่างกาย

การเตรียมตัวด้านร่างกาย	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่าน ได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุและการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ	1.00	4.00	0.7438	3.0809	235
- ท่าน ได้เลือกสรรรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยและถูกต้องตามหลักโภชนาการ	1.00	4.00	0.7095	3.1489	235
- ท่าน ได้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยเกษียณอายุ เช่น ทยอยบริหาร วิ่งเหยาะ เดินเร็ว หรือเดินแอโรบิค ฯลฯ	1.00	4.00	0.7083	3.0511	235
- ท่าน ได้พักผ่อนร่างกายตามความเหมาะสมของสภาพร่างกายและวัย	1.00	4.00	0.7325	3.1021	235
- ท่าน ได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอและพบแพทย์ทุกครั้งที่มีการผิดปกติ	1.00	4.00	0.6570	2.9957	235
ค่าเฉลี่ยความต้องการด้านร่างกาย รวม	1.00	4.00	0.3710	3.0757	235

4.2.3.2 การเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ

การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ คือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจและสังคมของผู้สูงอายุเพื่อเตรียมใจให้พร้อมก่อนเผชิญในวัยเกษียณ ได้เตรียมใจไว้ยอมรับการนับถือจากผู้อื่นลดน้อยลงภายหลังเกษียณอายุ เตรียมใจที่จะพบกับการเปลี่ยนแปลง เช่น การสูญเสียอำนาจการทำงาน ควรจัดหาเวลาว่างสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ เช่น ทักษนาจร และ ศึกษาหาความรู้เรื่องธรรมะหรือคำสอนทางศาสนาเพื่อฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.0264 โดยผู้สูงอายุได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจและสังคมเพื่อเตรียมใจไว้พร้อม สูงที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.2128 แต่การเตรียมใจว่า การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะน้อยลงภายหลังเกษียณ มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด เท่ากับ 2.8213 โดยมีค่าต่ำสุด 2 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.38)

ตารางที่ 4.38

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์

การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อมก่อนที่จะเผชิญในวัยเกษียณ	1.00	4.00	0.6248	3.2128	235
- ท่านได้เตรียมใจไว้แล้วว่า การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดน้อยลง ภายหลังท่านเกษียณอายุไปแล้ว	1.00	4.00	0.9070	2.8213	235
- ท่านได้เตรียมใจที่จะพบกับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณ เช่น การสูญเสียอำนาจหน้าที่การทำงาน	1.00	4.00	0.8603	2.8298	235
- ท่านได้จัดหาเวลาว่างสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ อาทิ ชมภาพยนตร์ เที่ยวสวนสาธารณะ ทักษนาจร ฯลฯ	1.00	4.00	0.6377	3.0596	235
- ท่านได้ศึกษาหาความรู้เรื่องธรรมะหรือคำสอนทางศาสนา เพื่อฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณอายุ	1.00	4.00	0.6563	3.2085	235
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ รวม	1.00	4.00	0.4727	3.0264	235

4.2.3.3 การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย

การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย คือ การที่ผู้สูงอายุได้วางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้ล่วงหน้าว่าจะอยู่ตามลำพังหรืออาศัยอยู่กับบุตรหลาน มีสภาพแวดล้อมดี มีความสะดวกสบายในการเดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ และได้เตรียมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพตนเองในวัยเกษียณอายุ อาทิ วัสดุปูพื้น ไม่ลื่น มีราวจับใตแข็งแรง ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านที่พักอาศัยในระดับดี ค่าเฉลี่ย 3.1649 โดยผู้สูงอายุได้วางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้ล่วงหน้าว่าจะอยู่ตามลำพัง หรืออาศัยอยู่กับบุตรหลานหรือญาติพี่น้องสูงที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.3108 แต่การสำรวจสภาพแวดล้อมที่คิดว่าจะใช้เป็นที่พักอาศัยภายหลังเกษียณมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด เท่ากับ 3.0936 โดยมีค่าต่ำสุด 2 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.39)

ตารางที่ 4.39

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย

การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่านได้วางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้ล่วงหน้าว่าจะอยู่ตามลำพัง หรืออาศัยอยู่กับบุตรหลานหรือญาติพี่น้อง ฯลฯ	1.00	4.00	0.5931	3.3108	235
- ท่านได้ทำการสำรวจสภาพแวดล้อมที่ท่านคิดว่าจะใช้เป็นที่พักอาศัยภายหลังเกษียณ	1.00	4.00	0.6815	3.1191	235
- ที่พักอาศัยที่ท่านเตรียมวางแผนไว้แล้วนั้นมีความสะดวกสบายในการเดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ เช่น โรงพยาบาล	1.00	4.00	0.7557	3.1362	235
- ท่านได้จัดเตรียมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพตนเองในวัยเกษียณอายุ อาทิ วัสดุปูพื้นไม่ลื่น มีราวจับใตแข็งแรง ฯลฯ	1.00	4.00	0.7452	3.0936	235
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย รวม	1.00	4.00	0.4705	3.1649	235

4.2.3.4 การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย

การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย คือ การทดลองจำกัดการใช้จ่ายให้น้อยลงตามรายได้ที่ได้รับหลังเกษียณ วางแผนเกี่ยวกับงบประมาณรายรับ - รายจ่าย เก็บสะสมเงินออม เตรียมประกอบอาชีพสำรอง และปลดปล่อยหนี้สินต่าง ๆ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายในระดับปานกลางค่าเฉลี่ย 2.7649 โดยผู้สูงอายุได้เก็บสะสมเงินออมในรูปแบบต่าง ๆ สูงที่สุด อาทิ ฝากธนาคาร ซื้อบ้านหรือที่ดินมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.1702 แต่การวางแผนเตรียมการประกอบอาชีพสำรองภายหลังเกษียณ มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด เท่ากับ 2.6085 โดยมีค่าต่ำสุด 1 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.40)

ตารางที่ 4.40

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย

การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่าน ได้ทดลองจำกัดการใช้จ่ายให้น้อยลงตามรายได้ที่จะได้รับหลังเกษียณ	1.00	4.00	0.7143	3.0511	235
- ท่าน ได้วางแผนเกี่ยวกับงบประมาณรายรับ - รายจ่าย ภายหลังเกษียณไว้ล่วงหน้า	1.00	4.00	0.6915	3.1149	235
- ท่าน ได้เก็บสะสมเงินออมในรูปแบบต่าง ๆ อาทิ ฝากธนาคาร ซื้อบ้านหรือที่ดิน ฯลฯ	1.00	4.00	0.5963	3.1702	235
- ท่าน ได้วางแผนเตรียมการประกอบอาชีพสำรอง ภายหลังเกษียณ	1.00	4.00	0.9652	2.6085	235
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย รวม	1.00	4.00	0.5022	2.7649	235

4.2.3.5 การเตรียมตัวด้านการใช้และงานอดิเรก

การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก คือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมและงานอดิเรกที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ แสวงหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรก เช่น การสะสมรูปภาพ หนังสือ ฝึกทักษะการเล่นเกมและกีฬาต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ ฝึกทักษะงานศิลปะต่าง ๆ ที่จะทำในวัยสูงอายุ เช่น การวาดภาพ การร้องเพลง เดินรำ ฯลฯ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรกในระดับปานกลางค่าเฉลี่ย 2.6681 โดยผู้สูงอายุได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมและงานอดิเรกที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.3170 แต่การฝึกทักษะงานศิลปะต่าง ๆ ที่จะทำภายหลังเกษียณ เช่น การวาดภาพ การร้องเพลง มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด เท่ากับ 2.3489 โดยมีค่าต่ำสุด 1 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.41)

ตารางที่ 4.41

แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก

การเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมและงานอดิเรกที่เหมาะสมวัยสูงอายุ	1.00	4.00	0.5467	3.2170	235
- ท่านได้แสวงหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรก เช่น การสะสมรูปภาพ หนังสือ ธนบัตรเก่า นาฬิกา แสตมป์ ฯลฯ	1.00	4.00	0.8192	2.7234	235
- ท่านได้ฝึกทักษะการเล่นเกมและกีฬาต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ เช่น หมากรุก เปตอง โป้บรีดจ์ ฯลฯ	1.00	4.00	0.9597	2.3830	235
- ท่านได้ฝึกทักษะงานศิลปะต่าง ๆ ที่จะทำในวัยสูงอายุ เช่น การวาดภาพ การรำ การร้องเพลง การแสดง การเขียนบทความ หรือบทกวี ฯลฯ	1.00	4.00	0.8458	2.3489	235
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก รวม	1.00	4.00	0.5618	2.6681	235

4.2.3.6 การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม

การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม คือ การสำรวจและเตรียมค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมที่สนใจ การเข้าร่วมกิจกรรมสาธารณะกุศล และมีกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากงานประจำ และคาดว่าจะทำต่อไปหลังเกษียณ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุได้เตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.9564 โดยผู้สูงอายุได้สำรวจและเตรียมค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมที่สนใจสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.1745 แต่ปัจจุบันมีกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากงานประจำและคาดว่าจะทำต่อไปภายหลังเกษียณ มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดเท่ากับ 2.7021 โดยมีค่าต่ำสุด 1 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.42)

ตารางที่ 4.42
แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม

การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่านได้สำรวจและเตรียมค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมที่ท่านสนใจ	1.00	4.00	0.5385	3.1745	235
- ท่านเคยได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ งานสาธารณะกุศล งานรื่นเริงสังสรรค์ งานอาสาสมัคร ฯลฯ	1.00	4.00	0.6112	3.1234	235
- ในปัจจุบันท่านวางแผนที่จะสมัครเป็นสมาชิกสมาคมหรือชมรมต่าง ๆ ที่ท่านสนใจ	1.00	4.00	0.8056	2.8255	235
- ในปัจจุบันท่านมีกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากงานประจำอยู่แล้ว และคาดว่าจะทำต่อไปหลังเกษียณอายุ	1.00	4.00	0.7984	2.7021	235
ค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมรวม	1.00	4.00	0.4725	2.9564	235

4.2.4 การยอมรับภาวะถดถอย

การยอมรับภาวะถดถอย คือ ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าตนเองแก่ค่าและอ่อนแอ รู้ว่าเวลานี้เป็นเวลาที่นำเบื่อที่สุดในชีวิต คิดว่าเป็นภาระของครอบครัว ไม่มีความสำคัญต่อผู้อื่นอีกแล้ว กลัวโดยไม่มีเหตุผล บั้นปลายชีวิตเป็นเวลาที่ไร้ค่า รู้สึกว่าถ้าเหตุการณ์หรือคนอื่นในครอบครัวจะดีกว่านี้ถ้าไม่มีผู้สูงอายุ รู้สึกท้อแท้เมื่อเวลาทำอะไรแล้วรู้สึกเหนื่อยเร็ว ผู้สูงอายุทำใจได้ที่มีรายได้น้อยลงกว่าเดิม ชอบที่จะอยู่ตามลำพังมากกว่าออกงานรื่นเริง ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุยอมรับภาวะถดถอยในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.7174 โดยผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าตนเองแก่ค่าและอ่อนแอสูงที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.0894 แต่ผู้สูงอายุคิดว่าบั้นปลายชีวิตเป็นเวลาที่ไร้ค่าและรู้สึกว่าคุณค่าหรือคนอื่นในครอบครัวจะดีกว่านี้หากไม่มีผู้สูงอายุ มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด เท่ากับ 1.4596 โดยมีค่าต่ำสุด 1 สูงสุด 3 (ตารางที่ 4.43)

ตารางที่ 4.43
ค่าเฉลี่ยการยอมรับภาวะถดถอย

การยอมรับภาวะถดถอย	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ท่านรู้สึกว่าคุณค่าตนเองแก่ค่าและอ่อนแอ	1.00	3.00	0.7486	2.0894	235
- ท่านรู้สึกว่าคุณค่าเวลานี้เป็นเวลาที่นำเบื่อที่สุดในชีวิต	1.00	3.00	0.7684	1.8723	235
- ท่านคิดว่าท่านเป็นภาระของครอบครัว	1.00	3.00	0.7498	1.6979	235
- ท่านคิดว่าตนเองไม่มีความสำคัญต่อผู้อื่นอีกแล้ว	1.00	3.00	0.7028	1.5702	235
- ท่านกลัวโดยไม่มีเหตุผล	1.00	3.00	0.6424	1.4723	235
- ท่านคิดว่าบั้นปลายชีวิตเป็นเวลาที่ไร้ค่า	1.00	3.00	0.6145	1.4596	235
- ท่านรู้สึกว่าคุณค่าหรือคนอื่นในครอบครัวจะดีกว่านี้ถ้าไม่มีท่าน	1.00	3.00	0.5933	1.4596	235
- รู้สึกท้อแท้เมื่อเวลาทำอะไรแล้วรู้สึกเหนื่อยเร็ว	1.00	3.00	0.7832	1.8979	235
- ท่านทำใจได้ที่มีรายได้น้อยลงกว่าเดิม	1.00	3.00	0.8573	2.0085	235
- ท่านชอบที่จะอยู่ตามลำพังมากกว่าออกงานรื่นเริง	1.00	3.00	0.7944	1.6468	235
ค่าเฉลี่ยการยอมรับภาวะถดถอย รวม	1.00	3.00	0.3914	1.7174	235

จากนั้นผู้วิจัย ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ โดยกำหนดปัจจัยอิสระที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยได้ 3 ปัจจัยหลัก จำแนกเป็น ตัวแปรอิสระได้ 16 ตัวแปร ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล กำหนดแยกเป็น 7 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพ สมรส การศึกษา รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว และการเป็นสมาชิกทางสังคม ปัจจัยสนับสนุนทางสังคม กำหนดแยกเป็น 3 ตัวแปร ได้แก่ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน และการสนับสนุนจากหน่วยงาน ปัจจัยการเตรียมตัวกำหนดแยกเป็น 6 ตัวแปร ได้แก่ การเตรียมตัวด้านร่างกาย การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก และการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และมีตัวแปรตาม 1 ตัวแปร คือ การยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุ

เมื่อผู้วิจัยได้นำตัวแปรทั้งหมดเข้าวิเคราะห์ในสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการคัดเลือกเข้าสมการแบบปกติ พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในตารางมีค่าไม่เกิน .5 แสดงว่า ตัวแปรต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กันน้อย ซึ่งไม่ทำให้การวิเคราะห์พหุคูณได้รับผลกระทบ ดังนั้น จึงใช้ตัวแปรทั้งหมดเข้าสมการ (ตารางที่ 4.44 และ ตารางที่ 4.45)

ตารางที่ 4.44

ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ค่าเฉลี่ย และลักษณะตัวแปรในสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว

ตัวแปร	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเฉลี่ย	ลักษณะตัวแปร
เพศ	.00	1.00		1 = ชาย 0 = หญิง
สถานภาพสมรส	.00	1.00		1 = มีคู่ 0 = ไม่มีคู่
ความพอเพียงทางการเงิน (รายได้)	.00	1.00		1 = พอ 0 = ไม่พอ
หนี้สิน	.00	1.00		0 = ไม่มี 1 = มี
การเป็นสมาชิกทางสังคม	.00	1.00		1 = เป็น 0 = ไม่เป็น
ลักษณะครอบครัว	.00	1.00		1 = อยู่กับสมาชิก 0 = อยู่คนเดียว
การศึกษา	1.00	3.00	1.5021	1 = ต่ำกว่า ป.ตรี 2 = ป.ตรีเทียบเท่า 3 = สูงกว่า ป.ตรี
การสนับสนุนของครอบครัว	1.25	4.00	2.7649	
การสนับสนุนจากเพื่อน	1.20	4.00	2.8809	
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	1.00	3.00	2.4604	
การเตรียมตัวด้านร่างกาย	1.40	4.00	3.0757	
การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์	2.00	4.00	3.0264	
การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย	2.00	4.00	3.1649	
การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย	1.00	4.00	2.9862	
การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก	1.00	4.00	2.6681	
การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม	1.00	4.00	2.9564	
การยอมรับภาวะถดถอย	1.00	3.00	1.7174	

ตารางที่ 4.45

แสดงค่าสัมพัทธ์ของตัวแปรทุกตัวในสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะกดดันของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว

	ACTIVE	MA	FAMILY	INC	ANDCA	MEM	BODY	GEN	FRIEND	DEBT	ORGAN	SUP	HOME	MONEY	HOBBY	MENTAL
ACTIVE	1.000															
MA	.000	1.000														
FAMILY	-.017	.018	1.000													
INC	-.094	-.092	-.035	1.000												
ADUCATION	-.111	.009	.051	-.020	1.000											
MEMBER	-.126	.085	-.049	-.049	-.013	1.000										
BODY	-.026	.019	.075	.075	-.019	-.036	1.000									
GENDER	-.198	-.253	.105	.105	-.027	.016	-.016	1.000								
FRIEND	-.015	.178	-.042	-.042	-.003	.047	.015	.017	1.000							
DEBT	-.003	.066	.129	.129	-.133	.070	.035	.029	.095	1.000						
ORGAN	-.117	-.156	.078	.078	-.160	-.200	.018	.010	.039	.194	1.000					
SUPPORT	-.072	-.007	-.107	-.107	.141	.125	-.155	-.003	.030	.091	.070	1.000				
HOME	-.113	-.002	-.025	.025	-.014	.054	-.232	.014	.013	-.005	.031	-.008	1.000			
MONEY	-.153	.062	-.037	.037	.020	-.138	-.066	-.015	-.114	-.080	.024	-.123	-.139	1.000		
HOBBY	-.092	-.065	-.042	-.042	-.021	-.032	-.250	.034	-.146	-.213	-.175	-.161	-.064	-.096	1.000	
MENTAL	-.024	-.009	-.003	-.003	.044	.020	-.043	.076	-.230	-.142	.103	-.068	-.171	-.251	-.097	1.000

ผลการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งมีตัวแปรอิสระ 16 ตัวแปรดังกล่าว พบว่า ตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับการยอมรับภาวะถดถอยในระดับปานกลาง ($R = .480$) และสามารถอธิบายความผันแปรของการยอมรับภาวะถดถอยในระดับค่อนข้างน้อย คือพยากรณ์ได้เพียงร้อยละ 23.1 ($R^2 = .231$) (ตารางที่ 4.46) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุเพียง 3 ตัวแปร ได้แก่ การศึกษามีอิทธิพลเชิงผกผันกับภาวะถดถอย (ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูง มีระดับการยอมรับภาวะถดถอยน้อย หากมีการศึกษาคำการยอมรับภาวะถดถอยมาก) การสนับสนุนจากหน่วยงานมีอิทธิพลเชิงผกผันกับภาวะถดถอย (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานมาก มีการยอมรับภาวะถดถอยมาก ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานน้อย มีการยอมรับภาวะถดถอยมาก) และการเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ (ผู้สูงอายุที่มีการเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจมาก มีการยอมรับภาวะถดถอยมาก หากผู้สูงอายุมีการเตรียมตัวด้านการใช้อารมณ์และจิตใจน้อยมีการยอมรับภาวะถดถอยน้อย)



ตารางที่ 4.46

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะถดถอยของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	T	Sig.
เพศ	3.463E-02	0.050	0.044	0.694	.488
สถานภาพสมรส	7.711E-02	0.057	0.088	1.343	.181
การศึกษา	-9.598E-02	0.041	-0.146	-2.328	.021
รายได้	0.147	0.124	0.076	1.186	.237
หนี้สิน	0.133	0.078	0.118	1.706	.089
ลักษณะครอบครัว	-9.738E-02	0.142	-0.042	-0.686	.493
การเป็นสมาชิกทางสังคม	-1.071E-02	0.052	-0.013	-0.207	.836
การสนับสนุนของครอบครัว	-5.422E-02	0.053	-0.070	-1.018	.310
การสนับสนุนจากเพื่อน	-6.192E-02	0.071	-0.060	-0.869	.386
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	-0.151	0.049	-0.208	-3.070	.002
การเตรียมตัวด้านร่างกาย	-5.467E-02	0.076	-0.052	-0.719	.473
การเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ	0.292	0.068	0.353	4.282	.000
การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย	-3.246E-02	0.060	-0.039	-0.542	.589
การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย	-4.196E-02	0.062	-0.054	-0.679	.498
การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาว่างกับงานอดิเรก	2.254E-02	0.054	0.032	0.419	.675
การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม	0.110	0.069	0.133	1.817	.071
ค่าคงที่	1.552	0.334	-	4.512	.000

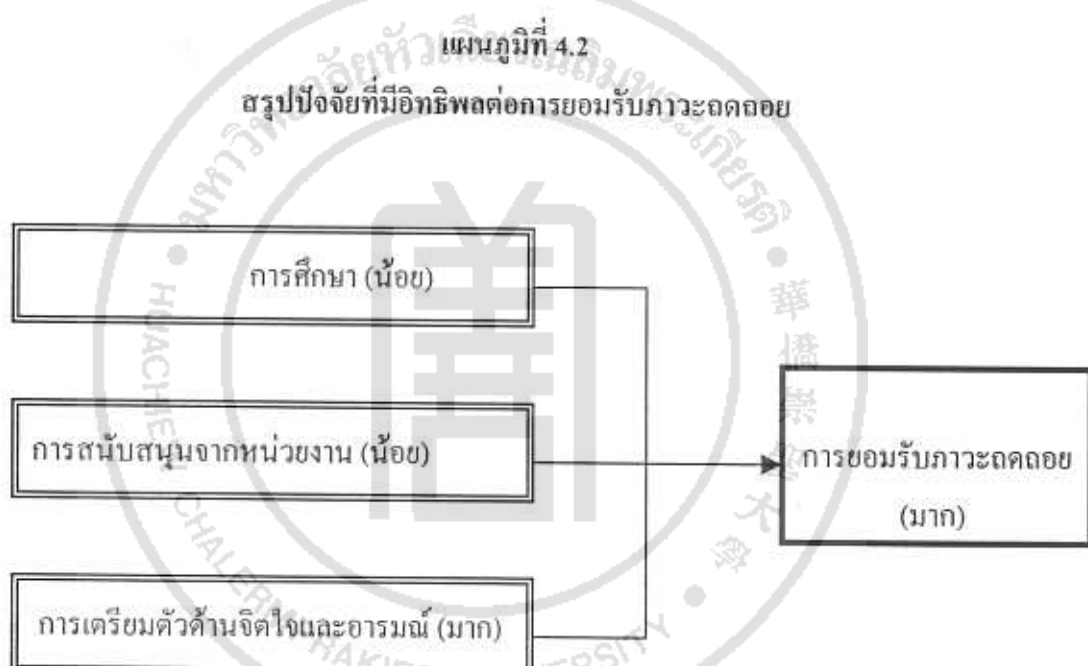
R = .480

R² = .231R² Adj = .174

F = 4.088

Sig = .000

สรุปภาพรวมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ
 จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว พบว่า
 ระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ การได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานที่ผู้สูงอายุเคยทำงานมาก่อนเกษียณ
 และการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุมีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุที่
 เกษียณแล้ว (แผนภูมิที่ 4.2)



4.2.5 ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ คือ ปัจจุบันมีสุขภาพแข็งแรง ในแต่ละวันได้รับประทานอาหาร 5 หมู่ รู้สึกว่าไม่มีใครรักและเอาใจใส่เท่าที่ควร ขณะนี้มีคนสนิทสนมชอบพอกันที่สามารถพูดคุยระบายความรู้สึกและปรับทุกข์ได้ รู้สึกพอใจสถานภาพการเงินของตนเองและครอบครัว และรู้สึกพอใจสภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบัน ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตในระดับดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.1099 โดยผู้สูงอายุรู้สึกพอใจในสถานภาพการเงินของตนเองและครอบครัวสูงที่สุดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.9660 แต่ผู้สูงอายุรู้สึกว่าจะไม่มีใครรักและเอาใจใส่เท่าที่ควร มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด เท่ากับ 2.7830 โดยมีค่าต่ำสุด 1.50 สูงสุด 4 (ตารางที่ 4.47)

ตารางที่ 4.47
แสดงค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าเฉลี่ย	จำนวน
- ปัจจุบันท่านมีสุขภาพแข็งแรง	1.00	4.00	0.6717	3.2298	235
- ในแต่ละวันท่านได้รับประทานอาหารครบ 5 หมู่	1.00	4.00	0.5289	3.2809	235
- ท่านรู้สึกว่าจะไม่มีใครรักและเอาใจใส่ท่านเท่าที่ควร	1.00	4.00	0.8914	2.7830	235
- ขณะนี้มีคนสนิทสนมชอบพอกัน ที่สามารถพูดคุยระบายความรู้สึกและปรับทุกข์ได้	1.00	4.00	0.7295	3.1660	235
- ท่านรู้สึกพอใจสถานภาพการเงินของตนเองและครอบครัว	1.00	4.00	0.8616	3.9660	235
- ท่านรู้สึกพอใจสภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบัน	1.00	4.00	0.6067	3.2340	235
ค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณรวม	1.50	4.00	0.4291	3.1099	235

ในการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ ได้กำหนดปัจจัยอิสระที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ 3 ปัจจัยหลัก จำแนกเป็นตัวแปรอิสระได้ 17 ตัวแปร ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล กำหนดแยกเป็น 8 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษารายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว และการเป็นสมาชิกทางสังคม ปัจจัยสนับสนุนทางสังคม จำแนกเป็น 3 ตัวแปร ได้แก่ การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน และการสนับสนุนจากหน่วยงาน ปัจจัยการเตรียมตัว กำหนดแยกเป็น 6 ตัวแปร ได้แก่ การเตรียมตัวด้านร่างกาย การเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก และการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม และการยอมรับภาวะดัดถอย และมีตัวแปรตาม 1 ตัวแปร คือ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ โดยลักษณะของตัวแปรดังปรากฏในตารางที่ 4.48

เมื่อผู้วิจัยได้นำตัวแปรทั้งหมดเข้าวิเคราะห์ในสมการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการคัดเลือกเข้าสมการแบบปกติพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในตารางมีค่าไม่เกิน 0.3 แสดงว่าตัวแปรต่าง ๆ มีค่าสัมพันธ์กันน้อย ซึ่งไม่ทำให้การวิเคราะห์พหุคูณได้รับผลกระทบ ดังนั้นจึงใช้ตัวแปรเข้าสมการ (ตารางที่ 4.49)

ตารางที่ 4.48

ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ค่าเฉลี่ย และลักษณะตัวแปรในสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ
เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าเฉลี่ย	ลักษณะตัวแปร
เพศ	.00	1.00	.5106	1 = ชาย 0 = หญิง
สถานภาพสมรส	.00	1.00	.7246	1 = มีคู่ 0 = ไม่มีคู่
ความเพียงพอทางการเงิน(รายได้)	.00	1.00	.9534	1 = พอ 0 = ไม่พอ
หนี้สิน	.00	1.00	.1404	1 = ไม่มี 0 = มี
การเป็นสมาชิกทางสังคม	.00	1.00	.3617	1 = เป็น 0 = ไม่เป็น
ลักษณะครอบครัว	.00	1.00	.9703	1 = อยู่กับสมาชิก 0 = อยู่คนเดียว
การศึกษา	1.00	3.00	1.5021	1 = ต่ำกว่าป.ตรี 2 = ป.ตรีหรือเทียบเท่า 3 = สูงกว่าป.ตรี
การสนับสนุนของครอบครัว	1.25	4.00	2.7649	
การสนับสนุนจากเพื่อน	1.20	4.00	2.8800	
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	1.00	3.00	2.4604	
การเตรียมตัวด้านร่างกาย	1.40	4.00	3.0757	
การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์	2.00	4.00	3.0264	
การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย	2.00	4.00	3.1649	
การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย	1.00	4.00	2.9862	
การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก	1.00	4.00	2.6681	
การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม	1.00	4.00	2.9564	
การยอมรับภาวะถดถอย	1.00	3.00	1.1774	
คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	1.50	4.00	3.1099	

ตารางที่ 4.49

แสดงค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรทุกตัวในการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว

	DISENAGE	INC	GENDER	BODY	MEMBER	FAMILY	ADUCATION	FRIEND	MA	SUPPORT	DEBT	ORGN	HOME	ACTIVE	MONEY	HOBBY	MENTAL
DISENGAG	1.000																
INC	-0.80	1.000															
GENDER	-0.47	.045	1.000														
BODY	.049	.008	-.091	1.000													
MEMBER	.014	-.050	.051	-.036	1.000												
FAMILY	.046	-.038	.102	.077	-.049	1.000											
ADNCATIO	.156	-.032	-.034	-.011	.011	.058	1.000										
FRIEND	.059	-.179	.014	.018	-.047	-.039	.006	1.000									
MA	-.091	-.084	-.248	.014	.083	.013	-.005	.172	1.000								
SUPPORT	.069	-.098	-.006	-.151	.126	-.103	.149	-.026	-.013	1.000							
DEBT	-.115	.187	.034	.029	.068	.123	-.148	.087	.076	.083	1.000						
ORGAN	.204	-.080	.000	.027	-.193	.086	-.123	.050	-.171	.083	.166	1.000					
HOME	.037	.030	.012	-.229	.055	.027	-.008	.015	-.006	-.005	-.009	.038	1.000				
ACTIVE	-.122	-.083	-.191	-.031	-.127	-.023	-.127	-.022	.011	-.080	.011	-.139	-.117	1.000			
MONEY	.046	.085	-.017	-.064	-.137	.039	.026	-.111	.058	-.120	-.084	.033	-.137	-.158	1.000		
HOBBY	-.028	.063	-.035	.035	-.033	-.043	-.025	-.147	-.062	-.162	-.209	-.177	-.065	-.088	-.098	1.000	
MENTAL	-.279	.070	.086	.086	.015	-.016	-.001	-.237	.017	-.085	-.104	.040	-.174	-.161	-.253	-.085	1.000

ผลการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ซึ่งมีตัวแปรอิสระ 17 ตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา รายได้ หนี้สิน ลักษณะครอบครัว การเป็นสมาชิกทางสังคม การสนับสนุนของครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อน การสนับสนุนจากหน่วยงาน การเตรียมตัวด้านร่างกาย การเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย การเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และการเตรียมตัวด้านการยอมรับภาวะถดถอยและตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในระดับปานกลางค่อนข้างสูง ($R = .660$) และสามารถอธิบายความผันแปรของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในระดับปานกลาง คือพยากรณ์ได้ร้อยละ 43.6 ($R^2 = .436$) (ตารางที่ 4.50) โดยมีตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเพียง 5 ตัวแปร ได้แก่ หนี้สิน (ผู้สูงอายุที่มีหนี้สินมาก มีคุณภาพชีวิตสูง หากผู้สูงอายุมีหนี้สินน้อยมีคุณภาพชีวิตต่ำ) การสนับสนุนจากเพื่อน (ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนมากมีคุณภาพชีวิตสูง หากผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนน้อยมีคุณภาพชีวิตต่ำ) การเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก (ผู้สูงอายุที่มีการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรกมาก มีคุณภาพชีวิตสูง หากเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรกน้อย มีคุณภาพชีวิตต่ำ) การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม (ผู้สูงอายุที่เตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมมาก มีคุณภาพชีวิตสูง หากเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมน้อย มีคุณภาพชีวิตต่ำ) และการยอมรับภาวะถดถอย (ผู้สูงอายุที่ยอมรับภาวะถดถอยมาก มีคุณภาพชีวิตสูง หากมีการยอมรับภาวะถดถอยน้อย มีต่อคุณภาพชีวิตต่ำ)

ตารางที่ 4.50

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	B	Std.Err	Beta	T	Sig.
เพศ	5.756E-02	.047	.067	1.225	.222
สถานภาพสมรส	-1.201E-02	.054	-.012	-.221	.825
การศึกษา	-1.596E-02	.039	-.022	-.406	.683
รายได้	.185	.117	.087	1.581	.115
หนี้สิน	.186	.074	.151	2.531	.012
ลักษณะครอบครัว	-3.897E-02	.134	-.015	-.292	.771
การเป็นสมาชิกทางสังคม	-3.205E-02	.049	-.036	-.658	.511
การสนับสนุนของครอบครัว	3.590E-02	.050	.042	.715	.476
การสนับสนุนจากเพื่อน	.186	.067	.165	2.775	.006
การสนับสนุนจากหน่วยงาน	4.144E-02	.047	.052	.875	.383
การเตรียมตัวด้านร่างกาย	-4.102E-02	.072	-.035	-.573	.567
การเตรียมตัวด้านอารมณ์และจิตใจ	-3.694E-02	.067	-.041	-.552	.581
การเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย	6.210E-02	.056	.068	1.101	.272
การเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย	2.091E-02	.058	.024	.359	.720
การเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรก	.101	.051	.133	2.005	.046
การเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม	.110	.058	.264	4.169	.000
การยอมรับภาวะถดถอย	.367	.064	.335	5.766	.000
ค่าคงที่	.589	.338	-	1.740	.083

R = .660

 $R^2 = .436$ $R^2 \text{ Adj} = .392$

F = 9.869

Sig = .000

สรุปภาพรวมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ พบว่า หนึ่งสัปดาห์ คือ การมีหนึ่งสัปดาห์ การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อน การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก การได้เตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุ มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ (แผนภูมิที่ 4.3)

แผนภูมิที่ 4.3

สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

