

การวิเคราะห์องค์ประกอบอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการภายนอก
ที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร
**Factors Analysis of Constraints to Participate in Recreation activities
Outside Resident for Elderly in Bangkok**

วณัฐพงศ์ เบญจพงษ์

มหาวิทยาลัยรามคำแหง

Wanatphong Benjaphong
Ramkhamhaeng University, Thailand
E-mail: wanatsuki@outlook.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจเกี่ยวกับอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร (2) เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเกี่ยวกับอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 -79 ปี ด้วยเทคนิคแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) และเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่าง 10 เท่าของตัวแปรตามตามกฎแห่งความชัดเจน (Rule of Thumb) (Hair, Black, Babin and Anderson, 2010 : 45) จำนวน 660 คน ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และจำนวน 530 สำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถามเรื่องอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีค่าความเชื่อมั่นในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจเท่ากับ 0.95 และ 0.94 สำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ การวิเคราะห์ด้วยวิธี Maximum Likelihood (ML) ผลวิจัยพบว่า (1) อุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครมีจำนวน 10 องค์ประกอบได้แก่ การรับรู้ข้อมูลบริการนันทนาการ ความสามารถทางกาย การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย การเงิน ความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย การตระหนักรู้ในตนเอง ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง สิ่งอำนวยความสะดวก และข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม รวมทั้งสิ้น 49 ตัวแปร (2) ความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลการวิจัยกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Model Fit) และทำการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Assessment of Model Fit) พบว่า ค่าไคสแควร์เท่ากับ 4466.84 ค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.00 ($p = 0.00$) โครงสร้างสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์/df เท่ากับ 4.40 และค่าดัชนี

* วันที่รับบทความ: 21 มกราคม 2565; วันที่แก้ไขบทความ 23 กุมภาพันธ์ 2565; วันที่ตอบรับบทความ: 25 กุมภาพันธ์ 2565

Received: January 21, 2022; Revised: February 23, 2022; Accepted: February 25, 2022

SRMR เท่ากับ 0.099 มีค่าเข้าใกล้ศูนย์ แสดงว่ายอมรับสมมติฐานหลักที่ว่าโมเดลสมการโครงสร้างสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ นอกจากนี้ ค่า RMSEA เท่ากับ 0.800 มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์พอใช้ได้

คำสำคัญ : อุปสรรคการใช้เวลาว่าง; กิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัย; ผู้สูงอายุ; การวิเคราะห์องค์ประกอบ

Abstracts

The purposes of the research were (1) Analyzed exploratory factors about constraints to participate in recreation activities outside resident for elderly in Bangkok. (2) Analyzed confirm factors about constraints to participate in recreation activities outside resident for elderly in Bangkok. Sample size were selected by Stratified random sampling and Rule of Thumb. 660 respondents who were between 60 -79 years old were collected data for analyzed exploratory factors and 530 respondents who were collected data for analyzed confirm factors. The questionnaire about constraints to participate in recreation activities outside resident for elderly in Bangkok had reliability at 0.95 for exploratory factors analysis and 0.94 for confirm factors analysis. The data was analyzed by frequency, mean, standard deviation, factor loading and likelihood estimation technique. The results showed that (1) Constraints to participate in recreation activities outside resident for elderly in Bangkok had 10 latent variables as follows: Perception of recreation services information, Attitude of leisure outside their resident, Finance, Health and safety risk, Self-awareness, Leisure experiences, Facilities and Rule of participation in total 49 observed variable. (2) Model fit was assessed indicated that chi-square was at 4466.8 with probability – value a t0.000 ($p = 0.00$). The structure is consistent with the empirical data by chi-square/df was at 4.40 and the root mean square error of approximation (SRMRA) at 0.800 that mean the structure was moderate consistent with the empirical data.

Keywords: Leisure Constraints; Recreation Activities Outside Resident; Elderly; Factor Analysis

บทนำ

สังคมไทยในยุคศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในหลาย ๆ ด้านการเปลี่ยนแปลงสู่ความทันสมัยเหล่านี้ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงโครงสร้างทางสังคมตามมาด้วย เช่น อัตราประชากรที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุเมื่อพิจารณาถึงอัตราประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่องจำแนกผู้สูงอายุออกเป็น 4 ช่วงได้แก่ ช่วงไม่ค่อยแก่(the young - old) ช่วงแก่ปานกลาง(the middle age - old) ช่วงแก่จริง (the old - old) และช่วงแก่จริงๆ (the very old - old) โดยแต่ละกลุ่มมีความแตกต่างกันทางความสามารถ กล่าวคือยิ่งมีอายุที่เพิ่มมากขึ้นย่อมทำให้เกิดความเสื่อมที่เพิ่มขึ้น บางครั้งอาจมีความสามารถในการปรับตัวลดลงจึงจำเป็นต้องพึ่งพาบุคคลรอบข้างมากขึ้นตามไปด้วย (Craig, 1991 ; Hoffman et al, 1988 อ้างใน ศรีเรือน แก้วกังวาล 2549 : 5) อย่างไรก็ตามแม้ว่าบทบาท หน้าที่และ

ความรับผิดชอบของผู้สูงอายุจะลดลงจากเดิมอันเนื่องมาจากความสามารถทางกายที่เสื่อมถอยลงไป แต่พบว่าผู้สูงอายุกลับมีเวลาว่างเพิ่มขึ้นเข้ามาจากการเกษียณอายุงาน ซึ่งเวลาว่างที่มีเพิ่มมากขึ้นนี้เองที่มีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวและยอมรับการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญที่เกิดขึ้นตนเองอีกครั้ง ก่อให้เกิดความสุขในช่วงบั้นปลายชีวิตของตนเอง ถือได้ว่าการใช้เวลาว่างเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยชะลอความเสื่อมและขจัดปัญหาทางสุขภาพในวัยสูงอายุที่จะเกิดได้เป็นอย่างดีผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งในเวลาว่างที่ตนเองสนใจหรือต้องการจะกระทำ เนื่องจากการใช้เวลาว่างมีความเกี่ยวข้องกับความสุขในชีวิตและเป็นตัวคาดคะเนความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมได้ดีกว่าระดับเงินเดือนหรือสุขภาพ (Robert, 2006 : 52) ในทางกลับกัน หากผู้สูงอายุไม่สามารถจัดการกับเวลาว่างที่ตนเองมีเพิ่มขึ้นท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงและวิถีชีวิตใหม่ในวัยสูงอายุได้นั้น ย่อมก่อให้เกิดผลกระทบในทางลบต่อตนเองได้ ดังที่ทฤษฎีการแยกตนเอง (Disengagement theory) อธิบายว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเริ่มถอยห่างจากสังคมโดยการลดบทบาทตนเองในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น หรือใช้เวลาปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นน้อยลง ซึ่งเป็นการลดภาวะกดดันทางสังคมบางประการ และเห็นความตึงเครียดด้วยการแยกตัวออกจากสังคม (McGuire, Boyd and Tedrick, 2004 : 55 ; อาชญญา รัตนอุบล, 2559 : 54) ความล้มเหลวในการยอมรับและปรับตัวเข้ากับการดำเนินชีวิตในวัยสูงอายุได้นั้น อาจเป็นต้นตอที่นำไปสู่การเกิดความเครียด ภาวะซึมเศร้า และเกิดการฆ่าตัวตายได้ในที่สุด ทำให้การบริการกิจกรรมนันทนาการมีความหลากหลายมากขึ้น เพื่อรองรับการตอบสนองความต้องการที่หลากหลายรูปแบบของคนในสังคมทั้งในรูปแบบกีฬา ศิลปะ ดนตรี เทศกาลและกิจกรรมทางสังคม รวมไปถึงกิจกรรมการท่องเที่ยวตามแนวทางแผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติฉบับที่ 3 ที่มีนโยบายส่งเสริมให้เด็ก เยาวชน และประชาชนทุกกลุ่มรวมทั้งบุคคลกลุ่มพิเศษและผู้ด้อยโอกาส ได้แก่ ผู้พิการ และผู้สูงอายุ มีโอกาสเข้าถึงกิจกรรมนันทนาการโดยเสมอภาคเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560 : ออนไลน์) อุปสรรคบางประการที่ขัดขวางเพื่อพัฒนาความสามารถ ความสุข และความพึงพอใจในชีวิตของตนเองจากการเข้าร่วมกิจกรรมในวัยสูงอายุ โดย Ediginton et al (1998 : 32) ได้อธิบายถึงอุปสรรคที่ขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่างเพื่อสุขภาวะไว้ 10 ประการ ได้แก่ ทศนคติ การสื่อสาร การใช้เวลาว่างที่ไม่เหมาะสมกับตนเอง การเงิน สุขภาพส่วนบุคคล การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ทรัพยากรวัฒนธรรมทางสังคม และคุณภาพหรือความพอเพียงของเวลาว่าง

ความไม่สามารถเข้าถึงบริการทางนันทนาการอาจจะเกิดจากปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุจนมีอิทธิพลขัดขวางอิสระในการตัดสินใจเข้าใช้บริการการนันทนาการที่ตั้งอยู่ภายนอกที่พักอาศัย จนกลายเป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ ส่งผลให้หน่วยงานผู้ให้บริการนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ได้รับผลกระทบในการดำเนินงานจริงไม่บรรลุตามกลยุทธ์ที่หน่วยงานวางแผนไว้ และไม่เป็นไปตามแผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติของประเทศไทยได้กำหนดไว้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการทำกิจกรรมนันทนาการตามสถานบริการนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุช่วงไม่ค่อยแก่ (the young - old) และช่วงแก่ปานกลาง (the middle age - old) หรือเป็น

ผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 – 79 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มวัยที่ยังมีการพึ่งพาบุคคลอื่นในชีวิตประจำวันได้ดี และความสามารถในการปรับตัวได้ ทำให้สามารถพัฒนาความสามารถสร้างวิถีชีวิตที่เป็นสุขและป้องกันปัญหาทางสุขภาพที่เกิดขึ้นในอนาคตได้ด้วยตนเองอย่างทันท่วงทีดังแนวคิดผู้สูงอายุที่กล่าวในข้างต้น การศึกษาองค์ประกอบในครั้งนี้จึงเป็นการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจปัญหา และอิทธิพลของปัจจัยต่าง ๆ อันเป็นสาเหตุของอุปสรรคต่อการใช้บริการกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ และเป็นข้อมูลในการพัฒนารูปแบบการให้บริการกิจกรรมนันทนาการและการบริการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งหน่วยงานภาครัฐ และเอกชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุผ่านการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างและกิจกรรมนันทนาการต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจเกี่ยวกับอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเกี่ยวกับอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิเคราะห์องค์ประกอบของอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครเป็นการสำรวจและยืนยันองค์ประกอบเพื่อให้ทราบว่ามียังมีองค์ประกอบใดบ้างที่เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
 - 1.1. ประชากร คือผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 – 79 ปี ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 838,121 คน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560 : ออนไลน์)
 - 1.2. กลุ่มตัวอย่างถูกอายุระหว่าง 60-79 ปี โดยถูกจำแนกเป็นสองกลุ่มเพื่อการวิเคราะห์องค์ประกอบดังต่อไปนี้
 - 1.2.1. วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Facto Analysis) ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยการพิจารณาขนาดกลุ่มตัวอย่างร่วมกับกฎแห่งความชัดเจน (Rule of Thumb) ที่อธิบายการวิเคราะห์องค์ประกอบที่น่าเชื่อถือว่าควรกำหนดตัวอย่างประมาณ 10 -20 เท่าของตัวแปรสังเกตได้ (Hair, Black, Babin and Anderson,2010 : 45) ผู้วิจัยจึงเลือกขนาดกลุ่มตัวอย่าง 10 เท่าของตัวแปรทั้งหมด 66 ตัวแปรทำให้กลุ่มตัวอย่างเพื่อการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจมีจำนวน 660 คน นอกจากนี้

ผู้วิจัยยังได้ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยเทคนิคแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) และกำหนดสัดส่วนตามความเป็นจริงของแต่ละกลุ่มตัวอย่างและสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งด้วยวิธีการจับฉลาก กลุ่มละ 3 เขต พื้นที่ เพื่อเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนผู้สูงอายุ อันได้แก่ 1) ชาย 60-69 ปี 2) หญิง 60-69 ปี 3) ชาย 70-79 ปี และ 4) หญิง 70-79 ปี

1.2.2. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยการพิจารณาขนาดกลุ่มตัวอย่างร่วมกับกฎแห่งความชัดเจน (Rule of Thumb) และสุ่มตัวอย่างด้วยเทคนิคแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) และกำหนดสัดส่วนตามความเป็นจริงของแต่ละกลุ่มตัวอย่างและสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งด้วยวิธีการจับฉลาก เช่นเดียวกับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ โดยจึงเลือกขนาดกลุ่มตัวอย่าง 10 เท่าของตัวแปรทั้งหมด 49 ตัวแปร ทำให้กลุ่มตัวอย่างเพื่อการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันมีจำนวน 490 คน และเพื่อป้องกันความไม่สมบูรณ์ของข้อมูลผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลเพิ่มเป็นจำนวนรวม 550 และคัดข้อมูลที่ไม่มีสมบูรณ์ออกจำนวน 20 ชุด เหลือข้อมูลที่สามารถวิเคราะห์ได้ทั้งหมด 530 ชุด

2. เครื่องมือการวิจัย

2.1. ผู้วิจัยวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจด้วยแบบสอบถามเรื่องการศึกษาขององค์ประกอบของอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างสำหรับผู้สูงอายุ นอกที่พักอาศัย โดยผู้วิจัยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ตรวจสอบ และคำนวณความตรงของแบบสอบถามด้วยวิธีการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Object Congruence : IOC) และเลือกใช้ข้อคำถามที่มีค่าคะแนนอยู่ระหว่าง 0.6 – 1 จำนวน 66 ข้อ จัดทำแบบสอบถามและนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.95 ของแบบสอบถามก่อนนำไปใช้จริง

2.2. ผู้วิจัยวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันด้วยแบบสอบถามเรื่องการศึกษาขององค์ประกอบของอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างสำหรับผู้สูงอายุ นอกที่พักอาศัย ที่ถูกพัฒนามาจากผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ โดยผู้วิจัยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ตรวจสอบ และคำนวณความตรงของแบบสอบถามด้วยวิธีการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Object Congruence : IOC) และเลือกใช้ข้อคำถามที่มีค่าคะแนนอยู่ระหว่าง 0.6 – 1 จำนวน 49 ข้อ จัดทำแบบสอบถามและนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.94 ของแบบสอบถามก่อนนำไปใช้จริง

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบข้อมูลและคัดเลือกแบบสอบถามที่ไม่มีสมบูรณ์ออก และรวบรวมแบบสอบถามที่ข้อมูลสมบูรณ์ทั้งหมดมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปดังต่อไปนี้

3.1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ด้วยสถิติพรรณนา (Descriptive Statistic) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3.2. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis) เพื่อจัดกลุ่มตัวแปรใหม่ โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป กล่าวคือ วิเคราะห์สัณฐานองค์ประกอบหลัก (Principal Component Analysis) และหมุนแกนองค์ประกอบแบบมุมฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีแวนริแมกซ์ (Varimax)

3.3. พิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor loading) ตัวแปรใด ๆ ที่มีค่าน้ำหนักน้อยกว่า 0.3 จะถูกตัดทิ้งในองค์ประกอบนั้น และในแต่ละองค์ประกอบต้องมีค่าไอแกน (Eigen value) มากกว่า 1

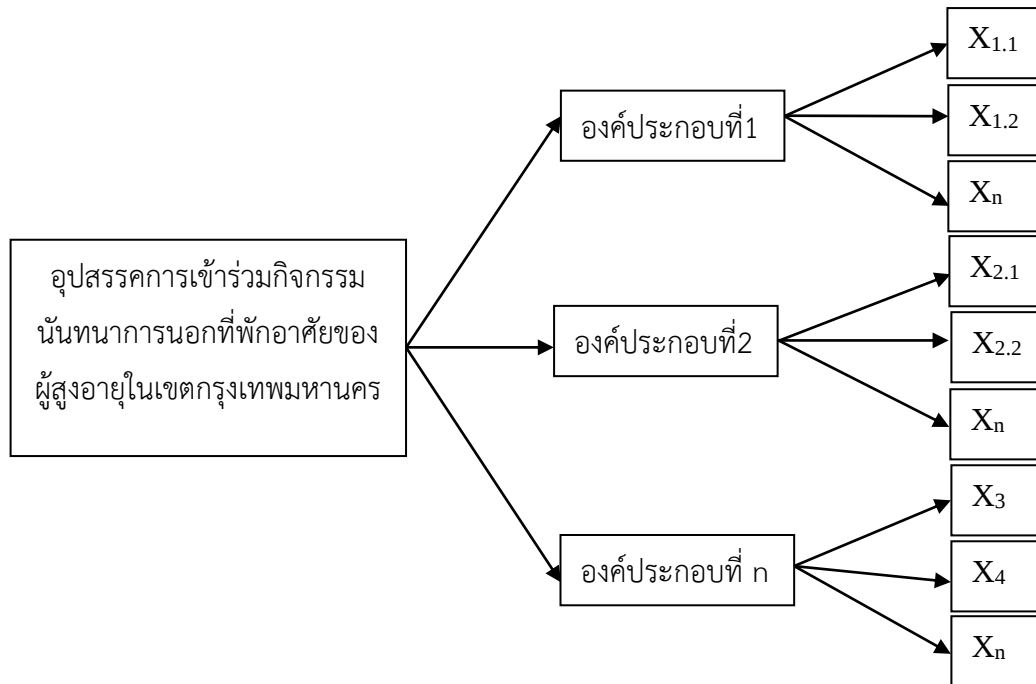
3.4. สรุปตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ในแต่ละองค์ประกอบ

3.5. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirm Factor Analysis) ผู้วิจัยได้ตรวจสอบข้อมูล และคัดเลือกแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ออก และรวบรวมแบบสอบถามที่ข้อมูลสมบูรณ์ทั้งหมดมาวิเคราะห์ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ด้วยสถิติพรรณนา (Descriptive Statistic) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3.6. กำหนดโมเดลเชิงทฤษฎี (Model Conceptualization) จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ที่สัมพันธ์ของตัวแฝงและสังเกตและการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ ประเมินค่าพารามิเตอร์ด้วยวิธี Maximum Likelihood (ML) และประเมินความสอดคล้องของโมเดล ด้วยไกเซอร์ เมเยอร์ โอลคิน (Kaiser – Meyer – Olkin of Measure of Sampling Adequacy : KOM) ค่า Bartlett's test of Sphericity ค่าดัชนีความกลมกลืน (Goodness of Fit Index : GIF) และค่าดัชนีความกลมกลืนที่มีการแก้ไขแล้ว (Adjust Goodness of Fit Index : AGIF) ค่ารากที่สองของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (Standardized Root Mean Square Residual : SRMR) และค่ารากของค่าเฉลี่ย กำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (Root Mean Square Error of Approximation : RMSEA)

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิเคราะห์องค์ประกอบอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการภายนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอุปสรรคการใช้เวลาว่าง แนวคิดผู้สูงอายุ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง หลังจากนั้นจึงนำแนวคิดดังกล่าวพัฒนาเป็นตัวบ่งชี้ และทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ เพื่อสร้างตัวแปรแฝง (Latent variable) และทำการทดสอบความสอดคล้องของโมเดลโครงสร้างของตัวบ่งชี้กับข้อมูลเชิงประจักษ์ เพื่อกำหนดตัวแปรสังเกตได้ (Observable variable) ดังกรอบแนวคิดการวิจัย



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักออาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าองค์ประกอบที่มีค่าไอแกนมากกว่าหรือเท่ากับ 1 สามารถจัดกลุ่มองค์ประกอบได้ทั้งหมด 10 องค์ประกอบ โดยมีค่าไอแกน อยู่ระหว่าง 1.477 – 16.695 มีค่าร้อยละของความแปรปรวนอยู่ระหว่าง 2.238 – 25.295 และมีค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสมอยู่ระหว่าง 25.295 – 60.478 โดยมี 49 ตัวแปรจับกลุ่มกันเป็นองค์ประกอบ ซึ่งตัวแปรในแต่ละองค์ประกอบมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor loading) 0.30 ขึ้นไป ซึ่งตัวแปรต่าง ๆ ที่จับกลุ่มกันเป็นองค์ประกอบทั้ง 10 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การรับรู้ข้อมูลบริการนันทนาการ มีตัวแปรทั้งหมด 5 ตัวแปร (2) ความสามารถทางกาย มีตัวแปรทั้งหมด 6 ตัวแปร (3) การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง มีตัวแปรทั้งหมด 6 ตัวแปร (4) ทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักออาศัย มีตัวแปรทั้งหมด 5 ตัวแปร (5) การเงิน มีตัวแปรทั้งหมด 5 ตัวแปร (6) ความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย มีตัวแปรทั้งหมด 4 ตัวแปร (7) การตระหนักรู้ในตนเอง มีตัวแปรทั้งหมด 3 ตัวแปร (8) ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง มีตัวแปรทั้งหมด 5 ตัวแปร (9) สิ่งอำนวยความสะดวก มีตัวแปรทั้งหมด 3 ตัวแปร และ(10)ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง มีตัวแปรทั้งหมด 4 ตัวแปร ดังตารางที่ 1

ตารางที่1 จำนวนองค์ประกอบ (Component) ค่าไอแกน (Eigen value) ร้อยละของความแปรปรวน (Percentage of Variance) และร้อยละของความแปรปรวนสะสม (Cumulative percentage)

องค์ประกอบ	ชื่อองค์ประกอบ	ค่าไอแกน (Eigen value)	ร้อยละของ ความ แปรปรวน	ร้อยละของ ความแปรปรวน สะสม
1.	การรับรู้ข้อมูลบริการนันทนาการ	16.695	25.295	25.295
2.	ความสามารถทางกาย	4.985	7.554	32.849
3.	การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	4.189	6.347	39.196
4.	ทัศนคติต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย	2.985	4.523	43.719
5.	การเงิน	2.472	3.745	47.465
6.	ความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย	1.934	2.930	50.395
7.	การตระหนักรู้ในตนเอง	1.859	2.816	53.211
8.	ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง	1.695	2.559	55.780
9.	สิ่งอำนวยความสะดวก	1.624	2.460	58.240
10.	ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม	1.477	2.238	60.478

2. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้พิจารณาความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลการวิจัยกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Model Fit) และทำการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Assessment of Model Fit) พบว่า ค่าไคสแควร์เท่ากับ 4466.84 มีค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.00 ($p = 0.00$) ซึ่งน้อยกว่า 0.05 หมายความว่าค่าไคสแควร์ แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติยอมรับสมมติฐานหลักที่ว่าโมเดล สมการโครงสร้างสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์/df เท่ากับ 4.40 ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง 2.00-5.00 แสดงให้เห็นว่าโมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์พอใช้ได้ และค่าดัชนี SRMR เท่ากับ 0.099 มีค่าเข้าใกล้ศูนย์ แสดงว่ายอมรับสมมติฐานหลักที่ว่าโมเดลสม

การโครงสร้างสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ นอกจากนี้ ค่า RMSEA เท่ากับ 0.800 มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์พอใช้ได้

ผลการวิเคราะห์โมเดลการรับรู้ข้อมูลบริการนันทนาการ พบว่ามีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ ไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรมจากการประชาสัมพันธ์ เช่น ประเภทกิจกรรม รูปแบบการให้บริการ จึงตัดสินใจไม่เข้าร่วม ($\beta = 0.90$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลความสามารถทางกายมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ รู้สึกร่างกายไม่กระฉับกระเฉงจึงไม่ออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน ($\beta = 0.90$)

ผลการวิเคราะห์โมเดล การตระหนักรู้การใช้เวลาว่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ คิดว่าตนเองไม่มีเวลาว่าง ($\beta = 0.88$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลทัศนคติต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ เชื่อว่าเป็นผู้สูงอายุแล้วไม่จำเป็นต้องทำกิจกรรมนอกบ้านมากนัก ($\beta = 0.88$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลการเงินมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุดจำนวน 2 ตัวชี้วัด คือ การออกจากบ้านเป็นเรื่องสิ้นเปลือง และบริการนันทนาการนอกบ้านที่ท่่านสนใจไม่คุ้มค่ากับรายจ่าย ($\beta = 0.92$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุดจำนวน 2 ตัวชี้วัด คือ คิดว่าการออกจากบ้านเป็นการเพิ่มความเสี่ยงทางสุขภาพให้กับตนเอง และปัญหาเรื่องความจำเมื่อต้องออกจากบ้าน ($\beta = 0.95$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลการตระหนักรู้ในตนเองมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จำนวน 7 คู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ ไม่ทราบว่าตนเองมีความสามารถที่เพียงพอต่อการทำกิจกรรมที่สนใจหรือไม่ ($\beta = 0.93$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลการประสบการณ์การใช้เวลาว่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ ทำกิจกรรมนั้น ๆ ไม่ได้เหมือนกับคนอื่นจึงไม่อยากจะเข้าร่วม ($\beta = 0.95$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลสิ่งอำนวยความสะดวกมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมที่ท่่านสนใจมีไม่เพียงพอ ($\beta = 0.89$)

ผลการวิเคราะห์โมเดลข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกคู่ โดยตัวชี้วัดที่มีน้ำหนักความสำคัญมากที่สุด คือ กิจกรรมนันทนาการที่ท่่านสนใจไม่สามารถให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมได้ ($\beta = 0.88$)

อภิปรายผลการวิจัย

การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร มีองค์ประกอบทั้งหมด 10 องค์ประกอบ โดยองค์ประกอบบางส่วนปรากฏให้เห็นว่าปัจจัยภายในของผู้สูงอายุ เช่นการตระหนักรู้ ทักษะคิด ความสามารถ และความเสี่ยงต่างๆที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุในด้านลบ สามารถขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้ ซึ่งผลของการสกัดองค์ประกอบ พบว่าการตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย ข้อปฏิบัติการใช้การเข้าร่วม ความสามารถทางกาย และองค์ประกอบความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย สอดคล้องกับการศึกษาของแวนดาว พิมพ์พันธ์ดี, วสุธร ต้นวัฒนกุล, กุหลาบ รัตนจักรธรรม และพัชรา ใจดี (2562 : 77-89) ที่ได้วิเคราะห์องค์ประกอบของความแข็งแกร่งในชีวิตของผู้สูงอายุในเขตระยองเศรษฐกิจภาคตะวันออก พบว่าความแข็งแกร่งในชีวิตของผู้สูงอายุประกอบไปด้วย 1) ความสามารถในการจัดการอารมณ์และการเห็นคุณค่าตนเอง 2) ความสามารถทางด้านสังคม 3) ความมั่นคงในการปฏิบัติทางจิตวิญญาณ 4) ความสามารถในการจัดการปัญหาชีวิตเชิงบวก 5) การรับรู้ความสามารถและจุดมุ่งหมายในชีวิต 6) การดูแลสุขภาพกาย ดังนั้นอุปสรรคประการแรกของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยนั้นอาจเกิดขึ้นจากข้อจำกัดของผู้สูงอายุเอง หากผู้สูงอายุตระหนักรู้ทั้งความสนใจและความสามารถทางกายของตนเอง มีทักษะคิดที่ดีต่อตนเองและการเข้าร่วมกิจกรรมนอกที่พักอาศัย ตลอดจนรู้จักวิธีการป้องกันความเสี่ยงทางสุขภาพ จะทำให้ผู้สูงอายุสามารถลดข้อจำกัดหรือจัดอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยได้

การรับรู้ข้อมูลบริการนันทนาการเป็นหนึ่งในผลของการสกัดองค์ประกอบซึ่งบ่งชี้ว่าการได้รับข้อมูลที่ไม่ชัดเจน หรือการสื่อสารที่เข้าใจยากย่อมมีผลต่อความสนใจและการตัดสินใจไม่เข้าร่วมกับกิจกรรมนั้น ๆ ได้ เช่นเดียวกับผลการศึกษาของ Tsai (2006 : 56) ที่พบว่าอุปสรรคหนึ่งของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุในฮ่องกงเกิดจากการขาดการรับรู้ถึงสิทธิ ซึ่งขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทำให้เกิดการระงับความสนใจการใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุ ในทำนองเดียวกันกับผลของการสกัดองค์ประกอบเรื่องสิ่งอำนวยความสะดวกที่ชำรุด ไม่เพียงพอ หรือไม่ทันสมัยย่อมมีผลต่อการตัดสินใจไม่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการภายนอกบ้าน โดยผลการศึกษาของ Ji (2006 : 9) พบว่าอุปสรรคหนึ่งของการใช้เวลาว่างที่เกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่างคือ สิ่งอำนวยความสะดวกที่ไม่เหมาะสมและเป็นหนึ่งในสาเหตุที่เกิดความรู้สึกท้อแท้จากการทำกิจกรรมนั้นเกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมที่มีความทันสมัยเกินไป สิ่งอำนวยความสะดวกไม่เพียงพอแค่อุปกรณ์ที่ทำให้กิจกรรมประสบความสำเร็จเท่านั้นแต่มีผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมหรือกลายอุปสรรคสำคัญของการไม่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยได้เช่นกัน

นอกจากนี้ผลการสกัดองค์ประกอบยังพบองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยนอกเหนือจากที่กล่าวข้างต้นอันได้แก่ การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ประสิทธิภาพการใช้เวลาว่าง และเศรษฐกิจ ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้มีความสอดคล้องกับแนวคิดของ Ediginton et al

(1998 : 87) ที่อธิบายอุปสรรคสำคัญที่ขัดขวางบุคคลให้มีสุขภาพที่ดีในประเด็นดังต่อไปนี้ 1) อุปสรรคที่ขัดขวางการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง หมายถึงการขาดการตระหนักเห็นความสำคัญของเวลาว่าง ขาดความรู้เกี่ยวกับทักษะ และทรัพยากรการใช้เวลาว่างที่จำเป็น 2) อุปสรรคที่ขัดขวางประสบการณ์ที่อธิบายถึงการขาดประสบการณ์ที่มีมาก่อนนี้ เนื่องจากบุคคลมักเข้าร่วมกิจกรรมที่คุ้นเคยมากกว่ากิจกรรมที่แปลกใหม่ มักจะเพิกเฉยต่อสิ่งที่ไม่รู้จัก จึงทำให้ตัดสินใจไม่เข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ และ3) อุปสรรคทางเศรษฐกิจที่เกี่ยวข้องกับการขาดรายได้หรือการมีรายได้จำกัด ทั้งนี้อาจกล่าวได้ว่าองค์ประกอบต่าง ๆ เหล่านี้บ่งชี้ว่า หากผู้สูงอายุไม่เห็นความสำคัญของเวลาว่าง ขาดประสบการณ์หรือมีประสบการณ์ในแง่ลบต่อการทำกิจกรรมภายนอกที่พักอาศัย ตลอดจนการมีรายได้ที่จำกัดย่อมส่งผลให้ผู้สูงอายุตัดสินใจปฏิเสธการเข้าร่วมกิจกรรมนอกที่พักอาศัยได้ง่ายมากขึ้น ทั้งนี้ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจทั้ง 10 องค์ประกอบจึงแสดงให้เห็นถึงจุดบกพร่องในมิติต่าง ๆ ของการใช้ชีวิตในวัยสูงอายุ โดยอุปสรรคจากองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งด้านอาจมีผลกระทบต่อองค์ประกอบอื่น ๆ ต่อการตัดสินใจไม่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยได้

การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้พิจารณาความสอดคล้องกลมกลืนตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลการวิจัยกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Model Fit) และทำการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Assessment of Model Fit) พบว่า ค่าไคสแควร์เท่ากับ 4466.84 มีค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.00 ($p = 0.00$) ซึ่งน้อยกว่า 0.05 หมายความว่าค่าไคสแควร์ แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติยอมรับสมมติฐานหลักที่ว่าโมเดลสมการโครงสร้างสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์/df เท่ากับ 4.40 ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง 2.00-5.00 แสดงให้เห็นว่าโมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์พอใช้ได้ และค่าดัชนี SRMR เท่ากับ 0.099 มีค่าเข้าใกล้ศูนย์ แสดงว่ายอมรับสมมติฐานหลักที่ว่าโมเดลสมการโครงสร้างสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ นอกจากนี้ ค่า RMSEA เท่ากับ 0.800 มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์พอใช้ได้ อาจเป็นเพราะอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุมีหลากหลายและเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคม โดยช่วงระยะเวลาที่ผู้วิจัยเก็บข้อมูลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันนั้นอยู่ในการระบาดของไวรัสโควิด-19 รอบที่ 2 ทำให้อุปสรรคที่กลุ่มตัวอย่างได้ประสบมาอาจจะมีผลคลาดเคลื่อนจากการรวบรวมข้อมูลเชิงสำรวจก่อนหน้านี้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

ผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่า องค์ประกอบที่เป็นอุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ประกอบไปด้วย การรับรู้ข้อมูลบริการนันทนาการ ความสามารถทางกาย การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย การเงิน ความเสี่ยงต่อ

สุขภาพและความปลอดภัย การตระหนักรู้ในตนเอง ประสิทธิภาพการใช้เวลาว่าง สิ่งอำนวยความสะดวก และข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม โดยผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางพัฒนารูปแบบแผนดำเนินการที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงบริการทางนันทนาการตามแหล่งทรัพยากรการใช้เวลาว่างต่าง ๆ ได้อย่างทั่วถึงโดยปราศจากอุปสรรคหรือข้อจำกัดอุปสรรคที่จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุให้น้อยที่สุดเพื่อสร้างวิถีชีวิตที่เป็นสุข พัฒนาคุณภาพชีวิต และป้องกันปัญหาทางสุขภาพที่เกิดขึ้นในอนาคตของผู้สูงอายุอย่างทัน่วงที

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรพัฒนาตัวบ่งชี้อุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ โดยการศึกษาจากทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุและงานวิจัยที่หลากหลายมากขึ้นมาวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจเพื่อให้สอดคล้องกับบริบทการเปลี่ยนแปลงของสังคมผู้สูงอายุในประเทศไทย

2.2 ควรพัฒนาตัวบ่งชี้อุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ ในพื้นที่อื่น ๆ เช่น สังคมผู้สูงอายุในเขตภาคเหนือ ภาคอีสาน และภาคใต้ เพื่อเปรียบเทียบอุปสรรคที่เกิดขึ้นในสังคมผู้สูงอายุที่มีบริบทต่างกัน

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2560). แผนนันทนาการแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (พ.ศ. ๒๕๖๐ – ๒๕๖๔). ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 2 ตุลาคม 2562. แหล่งที่มา: <https://www.mots.go.th/download/PolicyStrategy/DraftNationalRecreationalDevelopmentPlan2560-2564.pdf>
- แววดาว พิมพ์พันธ์ดี และคณะ. (2562). วิเคราะห์องค์ประกอบของความแข็งแกร่งในชีวิตผู้สูงอายุในเขตระยองเศรษฐกิจภาคตะวันออก. *วารสารการพยาบาลและสุขภาพ*, 20 (1), 77-89.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). จำนวนประชากรแยกอายุ กรุงเทพมหานคร เดือนธันวาคม พ.ศ. 2560. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 15 มิถุนายน 2562. แหล่งที่มา: http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age_disp.php
- อาชัญญา รัตนอุบล. (2559). *การเรียนรู้ของผู้ใหญ่และผู้สูงอายุในสังคมไทย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Edginton, Christopher R., Hanson, Carole J., Edginton, Susan., Hudson, Susan H. (1998). *Leisure Programing A Service – Centered and Benefit Approach*. USA: The McGraw-Hill.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., Anderson, R.E. (2010). *Multivariate Data Analysis (7th ed.)*. NJ: Prentice Hall.
- Ji H. (2006). Leisure Constraints of the Married Korean Females. *9th World Leisure Congress Book of Abstracts*. 16 October 2006. Hangzhou.

- Mcguire, A. Francis, Boyd, K. Rosangela and Tedrick, E. Raymond. (2004). Leisure and Aging ulysean living in later life. IL. Sagamore publishing.
- Robert, Ken. (2006). *Leisure in Contemporary Society*. MA: CABI
- Tsai E.H. (2006). Constraints to Active Recreation Participation of Older People in Hong kong. *9th World Leisure Congress Book of Abstracts*. 16 October 2006. Hangzhou.