

ปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของ
ผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี

**Factors of recreation model that affected on a place for recreational activities of elderly people in Sam Phraya,
Phetchaburi**

ฤทธิธร พุ่ม โภคย์* (Ritthiron Phumphokhai), ประสพชัย พสุนนท์** (Prasopchai Pasunon)

*นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

**อาจารย์สาขาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณมีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยาจังหวัดเพชรบุรี ซึ่งทำการกลุ่มตัวอย่างคือกลุ่มผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรีจำนวน 400 คน ซึ่งมีการสุ่มตัวอย่าง โดยเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ ใช้สถิติเชิงพรรณนามาวิเคราะห์ค่าของความถี่ ร้อยละ ใช้วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปรวมถึงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบ t – test ค่า One-Way ANOVA และทดสอบค่า Chi-Square test ตัวแปรอิสระ คือ ด้านประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษาสูงสุด อาชีพและสถานภาพ ส่วนปัจจัยต่าง ๆ เช่น ด้านวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ด้านโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ด้านบุคลากรในการดำเนินการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุและด้านเนื้อหาของหลักสูตร ส่วนตัวแปรตาม เช่น ความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน การเดินทางสะดวกและความกว้างขวางและความมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบถ้วน

จากผลวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุเพศหญิงมีจำนวน 230 คน ซึ่งส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 65 - 69 ปี จำนวน 179 ในระดับการศึกษาสูงสุดคือชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 203 คนและมีอาชีพรับจ้าง จำนวน 189 คน ซึ่งมีความพึงพอใจโดยภาพรวมในระดับพึงพอใจปานกลาง

คำสำคัญ : ความพึงพอใจ, ผู้สูงอายุ, กิจกรรมนันทนาการ

Abstract

This research is quantitative research. The purpose of this study was to determine the satisfaction of the recreation model of the elderly in Tambon Sam Phraya, Cha-am, Phetchaburi. 400 people in Phetchaburi province were sampled in a specific manner. The tools to collect data are: Use descriptive statistics to analyze frequency values. Percentage is used for general data analysis, including mean and standard deviation, t-test, one-way ANOVA, and chi-square test. Demography is gender, age, education level, Career and status. Factors such as the purpose of organizing activities for the elderly, Program for recreation activities for the elderly, Personnel in the implementation of recreation activities for the elderly, The content of the curriculum and the place of recreation and the dependent variable (Dependent Variables) are the satisfaction with the recreation patterns of the elderly.

The results showed that the most of the samples were 230 female elderly, most of whom were between the ages of 65-69 years, 179 of them were in the upper secondary education level, 203 were in the upper secondary education level and 189 were employed. Moderate level of satisfaction.

Keywords : satisfaction, elderly, recreational activities

บทนำ

ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา

ปัจจุบันปรากฏการณ์ทางสังคมของผู้สูงอายุเกิดขึ้นทั่วโลกในเกือบทุกประเทศ โดยสัดส่วนผู้สูงอายุ (ผู้มีอายุ 60 ปีขึ้นไป) ของโลกเพิ่มจากร้อยละ 9.2 ในปี พ.ศ. 2533 เป็นร้อยละ 11.7 ในปี 2556 และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นร้อยละ 21.1 ในปี 2593 สถานการณ์และแนวโน้มผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ หรือกล่าวได้ว่า สังคมโลกในอนาคตจะเป็นสังคมที่ผู้สูงอายุเป็นผู้ครอบครองก็ว่าได้ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของประชากรโลกที่มีจำนวนการเกิดของประชากรน้อยลงแต่มีอายุยืนยาวขึ้น ทำให้อายุเฉลี่ยของประชากรเพิ่มขึ้นอย่างน้อย 9 ปี และประชากรทั่วโลกที่มีอายุมากกว่า 65 ปี จะมีจำนวนกว่าสองพันกว่าล้านคน คิดเป็นสัดส่วน 1 ใน 5 หรือ ร้อยละ 20 ของประชากรทั้งโลก ซึ่งพบได้ในเกือบทุกประเทศในแถบยุโรป โดยเฉพาะประเทศอิตาลี เยอรมัน อังกฤษ และสแกนดิเนเวีย รวมไปถึงประเทศญี่ปุ่นที่เป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553

ทั้งนี้ ประเทศไทยเป็นประเทศอันดับที่ 3 ในทวีปเอเชียที่มีโครงสร้างประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว (รองจากประเทศญี่ปุ่นและเกาหลีใต้) โดยคาดการณ์ว่าสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุจากอยู่ที่อัตราร้อยละ 8.9 ของประชากรทั้งหมดในปี พ.ศ. 2573 (ณัฐชัชธร เดชสิทธิ์บุลพร อ้างถึง วิกีพีเดีย, 2558)

ในปัจจุบันมีอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้สูงเป็นอย่างมากในประชากร โลกหรือในส่วนของประเทศไทยขณะนี้ ไม่พ้นปัญหานี้ซึ่งขณะนี้สังคมไทยกำลังถึงจุดเปลี่ยนเนื่องจากประเทศไทยเริ่มก้าวเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” (Aging Society) ซึ่งตามข้อมูลสถิติที่เกี่ยวข้องกับประชากรสูงอายุข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติปรับปรุง ณ วันที่ 26 ตุลาคม 2559 ทำให้ทราบว่าอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ “ผู้สูงอายุ” ซึ่งความหมายหรือคำจำกัดความของคำว่าผู้สูงอายุคือ บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปซึ่งมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ (สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2552)

ทั้งยังส่งผลกระทบต่อการดำรงชีพของผู้สูงอายุ ทั้งทางกาย วาจาและจิตใจโดยกลุ่มที่ข้าพเจ้าสนใจเป็นพิเศษคือกลุ่มผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยาในจังหวัดเพชรบุรีดังนั้นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งในวัยผู้สูงอายุสามารถพัฒนาความสุขและการดำรงชีพต่อไปที่ดีทั้งกาย วาจาและจิตใจได้นั้นคือกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมนันทนาการมีความหมายตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒ ซึ่งหมายถึง กิจกรรมที่ทำตามสมัครใจในยามว่าง เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน และผ่อนคลายความตึงเครียด การสราญใจ นันทนาการ ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า recreation ในส่วนของคำว่า นันทนาการ นั้น มีผู้ใช้แทนคำว่า recreation เช่นกัน นันทนาการที่มีใช้เพียงวัยหนุ่มสาวหรือเด็กเท่านั้นที่สามารถทำได้ ยังมีกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุอีกทั้งยังสามารถทำให้ช่วยพัฒนา บำบัดหรือรักษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้อีกทั้งเป็นกลยุทธ์ที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขเพราะกิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ผ่อนคลายความเครียดได้และยังเป็นกิจกรรมที่ไร้กลิ่นเนื้อที่ที่สามารถช่วยชะลอความเสื่อมสภาพของร่างกายได้อีกทางหนึ่งอีกด้วย ทั้งนี้ผู้สูงอายุยังถือว่าเป็นบุคคลสำคัญที่ควรทำให้ท่านทั้งหลายมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นมาได้ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2542)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรีวิจัยครั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ดีขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาทางด้านประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษาสูงสุด อาชีพและสถานภาพ ที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี
2. เพื่อศึกษาปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี

สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ สถานภาพครอบครัวที่ต่างกันส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุ
2. ปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ต่างกันส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุ

วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี ผู้วิจัยทำการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ในการวิจัยดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีความพึงพอใจ

ดิเรก (2528) กล่าวว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ทัศนคติทางบวกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เป็นความรู้สึกหรือทัศนคติที่ดีต่องานที่ทำของบุคคลที่มีต่องานในทางบวก ความสุขของบุคคลอันเกิดจากการปฏิบัติงานและได้รับผลเป็นที่พึงพอใจ ทำให้บุคคลเกิดความกระตือรือร้น มีความสุข ความมุ่งมั่นที่จะทำงาน มีขวัญและมีกำลังใจ มีความผูกพันกับหน่วยงาน มีความภาคภูมิใจในความสำเร็จของงานที่ทำ และสิ่งเหล่านี้จะส่งผลต่อประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงานส่งผลต่อถึงความก้าวหน้าและความสำเร็จขององค์กรอีกด้วย (ดิเรก, 2528)

นภารัตน์ (2544) กล่าวว่า ความพึงพอใจเป็นความรู้สึกทางบวกความรู้สึกทางลบและความสุขที่มีความสัมพันธ์กันอย่างซับซ้อน โดยความพึงพอใจจะเกิดขึ้นเมื่อความรู้สึกทางบวกมากกว่าทางลบ (นภารัตน์, 2544)

ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกมีความสุขหรือความสุข เพราะคุณได้ทำบางสิ่งบางอย่าง หรือมีสิ่งที่คุณต้องการ (Quirk R, 1987)

ความพึงพอใจ หมายถึง ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกชอบหรือพอใจที่มีต่อองค์ประกอบและสิ่งจูงใจในด้านต่าง ๆ เมื่อได้รับการตอบสนอง (กิตติมา, 2529)

2. แนวคิดและทฤษฎีกิจกรรมนันทนาการ

ความหมายตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒ ซึ่งหมายถึง กิจกรรมที่ทำตามสมัครใจในยามว่าง เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินและผ่อนคลายความตึงเครียด การสราญใจ นันทนาการ ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า recreation ในส่วนของคำว่า สันทนาการ นั้น มีผู้ใช้แทนคำว่า recreation เช่นกัน (สำนักงานราชบัณฑิตยสภา, 2556)

นันทนาการ เป็นคำมาจากคำเดิมว่า "สันทนาการ" ซึ่งพระยาอนุমানราชชน หรือเสถียร โกเศศได้บัญญัติไว้เมื่อปี พ.ศ. 2507 และตรงกับศัพท์ภาษาอังกฤษว่า "Recreation" มีนักวิชาการได้ให้ความหมายของนันทนาการไว้หลากหลาย ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

นันทนาการ หมายถึง การทำให้ชีวิตสดชื่น โดยการเสริมสร้างพลังงานขึ้นใหม่ หลังจากที่ย่างกายใช้พลังงานแล้ว เกิดเป็นความเหนื่อยล้าทางร่างกาย จิตใจและทางสมอง เมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจะช่วยขจัด หรือบรรเทา

ความเมื่อยล้าทางด้านร่างกายและจิตใจ ในความหมายนี้ นันทนาการจึงเป็นการตอบสนองความต้องการทางกายและจิตใจของบุคคลได้อย่างแท้จริง (นันทนาการมีตัวอย่างที่คุณ ไม่คาดคิด, 2560)

นันทนาการเป็นกิจกรรมของการพักผ่อนหย่อนใจเป็นเวลาที่เหมาะสม คือต้องทำอะไรเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ เป็นองค์ประกอบสำคัญของชีววิทยาและจิตวิทยา กิจกรรมนันทนาการมักจะทำเพื่อความบันเทิงความเพลิดเพลินหรือความเพลิดเพลินและถือเป็น "ความสนุกสนาน" (Wikipedia, 2560)

3. แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

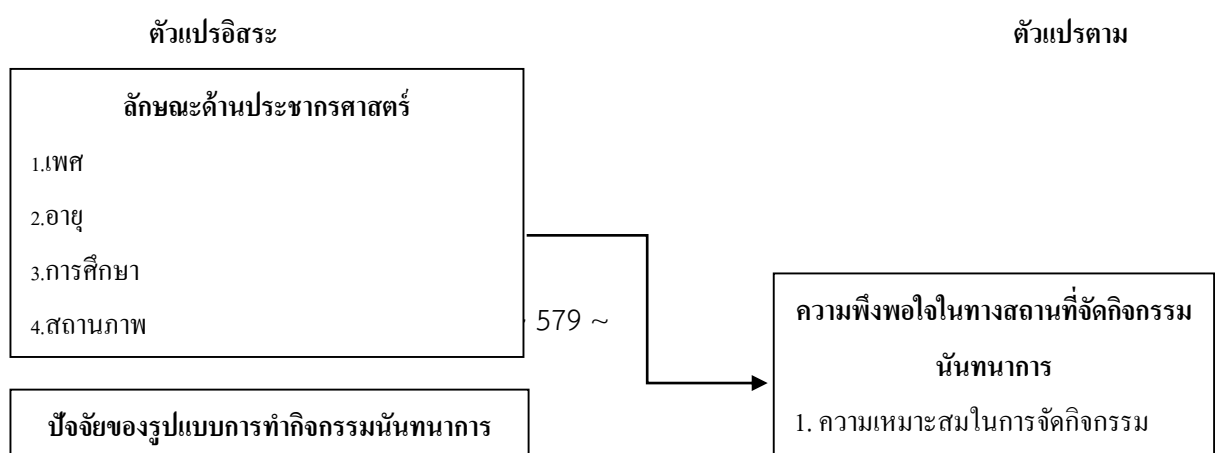
องค์การสหประชาชาติ ได้ให้นิยามว่า "ผู้สูงอายุ" คือ ประชากรทั้งเพศชาย และเพศหญิงซึ่งมีอายุ มากกว่า 60 ปีขึ้นไป (60+) โดยเป็นการนิยาม นับตั้ง แต่อายุเกิด ส่วนองค์การอนามัยโลก ยังไม่มีการให้นิยามผู้สูงอายุ โดยมีเหตุผลว่าประเทศต่างๆทั่วโลกมีการนิยาม ผู้สูงอายุต่างกัน ทั้งนิยามตามอายุเกิด ตามสังคม (Social) วัฒนธรรม (Culture) และสภาพร่างกาย (Functional markers) เช่น ในประเทศที่เจริญแล้ว มักจัดผู้สูงอายุ นับจากอายุ 65 ปีขึ้นไป หรือบางประเทศ อาจนิยามผู้สูงอายุ ตามอายุกำหนดให้เกษียณงาน (อายุ 50 หรือ 60 หรือ 65 ปี) หรือนิยามตามสภาพของร่างกาย โดยผู้หญิงสูงอายุอยู่ในช่วง 45-55 ปี ส่วนชายสูง อายุ อยู่ในช่วง 55-75 ปี (สังคมผู้สูงอายุ : นัยต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ, 2557)

กระบวนการในการชราภาพคือความเป็นจริงทางชีวภาพซึ่งมีความเป็นพลวัตของตัวเองซึ่งส่วนใหญ่อยู่เหนือการควบคุมของมนุษย์ อย่างไรก็ตามก็ขึ้นอยู่กับโครงสร้างที่สังคมแต่ละที่จะทำความเข้าใจกับวัยชราได้ ในโลกที่พัฒนาแล้วหลาย ๆ ประเทศ ตามลำดับเหตุการณ์เป็นสิ่งสำคัญ บทบาทอายุ 60 หรือ 65 เทียบเท่ากับวัยเกษียณในประเทศที่พัฒนาแล้ว ส่วนใหญ่กล่าวกันว่าเป็นจุดเริ่มต้นของยุคเก่าในหลาย ๆ ส่วนของประเทศกำลังพัฒนาเวลาตามลำดับเวลาที่มีความสำคัญน้อยหรือไม่มีเลยในความหมายของวัยชราภาพ ความหมายทางสังคมอื่น ๆ ที่สร้างขึ้นมีความสำคัญมากขึ้น เช่น บทบาทที่ได้รับมอบหมายสำหรับผู้สูงอายุในบางกรณีการสูญเสียบทบาทที่มาพร้อมกับการลดลงทางกายภาพซึ่งมีนัยสำคัญในการกำหนดความแก่ชราผู้ปวยดังนั้นในทางตรงกันข้ามกับเหตุการณ์สำคัญที่แสดงถึงชีวิต ในประเทศที่พัฒนาแล้วในหลายประเทศกำลังพัฒนาจะเห็นได้ว่าเมื่อใดที่การสนับสนุนอย่างจริงจังไม่สามารถทำได้ก็ต่อไป " (Gorman, 2000)

พจนานุกรมฉบับ ราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ให้ความหมายของคำว่า คนแก่ คือ มีอายุมากหรืออยู่ในวัยชรา และ ให้ความหมายของคำว่า ชรา คือ แก่ด้วยอายุ ชำรุดทรุดโทรม นอกจากนั้น ยังมีการเรียกผู้สูงอายุว่า ราษฎรอาวุโส (พวงทอง ไกรพิบูลย์, 2557)

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจเป็นตัวแปรตาม โดยผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมากำหนดเป็นกรอบแนวคิด และในส่วนของตัวแปรอิสระ ผู้วิจัยได้กำหนดออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ลักษณะทางประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ และปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา ผู้วิจัยจะทำการศึกษเกี่ยวกับแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับ การสอบถามปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี

2. ขอบเขตด้านประชากร ที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป (ตาม พ.ร.บ. ผู้สูงอายุ พ.ศ.2546) ในตำบลสามพระยา จำนวนทั้งสิ้น 400 คนที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Postpositive random sampling) จึงได้กำหนดตัวอย่างโดยใช้สูตรของ William G. Cochran (1977:75)

$$n = \frac{Z^2 pq}{e^2}$$

กำหนด

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่างประชากร

Z = ค่ามาตรฐานขึ้นอยู่กับระดับความเชื่อมั่น

p = สัดส่วนของประชากรที่สนใจเท่ากับ 50%

q = 1-p

e = ระดับของความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับให้เกิดขึ้นเท่ากับ 0.0 ในทางปฏิบัติเรานิยมใช้ระดับความเชื่อมั่นที่ 95%

ดังนั้น Z = 1.96

จะได้

$$n = \frac{Z^2 pq}{e^2} = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)}{0.05^2} = 384.16 \text{ หรือ } 385 \text{ คน}$$

จากคำตอบข้างต้นควรมีการเพื่อการสุ่มหาในการแจกแบบสอบถามควรกำหนดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน

3. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่

3.1 ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย

- ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ สถานภาพ
- การทำกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ

3.3 ขอบเขตด้านเวลา ระยะเวลาดำเนินการ (4 เดือน) ระหว่างเดือนมีนาคม 2560 ถึง เดือนมิถุนายน 2560

วิธีการดำเนินงานวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรีที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่ทำกิจกรรมนันทนาการ เป็นจำนวนทั้งหมด 400 คน ซึ่งแบ่งเป็น 2 ขั้นตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล เช่น เพศ อายุ การศึกษา อาชีพและสถานภาพจำนวน 5 ข้อ คือ แบบสอบถามแบบตรวจสอบรายการ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี เป็นแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale)

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ คือ แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) โดยทั้ง ตอนที่ 2 และตอนที่ 3 มีเกณฑ์การพิจารณาดังนี้

5 หมายถึง ระดับความพึงพอใจมากที่สุด

4 หมายถึง ระดับความพึงพอใจมาก

3 หมายถึง ระดับความพึงพอใจปานกลาง

2 หมายถึง ระดับความพึงพอใจน้อย

1 หมายถึง ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด

2. ทางผู้วิจัยจึงได้กำหนดเกณฑ์การวัดความพึงพอใจโดยใช้ scale 5 ระดับ หรือที่เรียกว่าวัดเจตคติตามเทคนิคของลิเคิร์ต (Likert technique) หรือ แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับของลิเคิร์ตสเกลการวิเคราะห์ดังนี้ (บุรินทร์ รุจจนพันธุ์, 2553)

4.21-5.00 หมายถึง มีความพอใจอย่างมากที่สุด

3.41-4.20 หมายถึง มีความพอใจมาก

2.61-3.40 หมายถึง มีความพอใจปานกลาง

1.81-2.60 หมายถึง มีความพอใจน้อย

1.00-1.80 หมายถึง มีความพอใจน้อยที่สุด

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามแสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรีจำนวน 1 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การวิจัยนี้ผู้วิจัยนี้มีการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยการทดสอบค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม เนื่องจากเป็นสิ่งสำคัญและเป็นสิ่งบ่งบอกความน่าเชื่อถือของงานวิจัย จากการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา

ของครอนบัก (Cronbach's Alpha) ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.851 โดยใช้โปรแกรม SPSS ใช้ประมวลผล และมีการแก้ไขปรับปรุง แล้วจึงนำแบบสอบถามไปใช้รวบรวมข้อมูล ทั้งยังมีการทดสอบค่าความเที่ยงตรงและค่าความเชื่อมั่น

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. มีการใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) มาวิเคราะห์ค่าของความถี่ ร้อยละ ใช้วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป รวมถึงค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ใช้วิเคราะห์ความพึงพอใจในการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี

2. มีการใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) มาวิเคราะห์ทดสอบสมมติฐาน โดยทำการวิเคราะห์ค่าที (Independent T-Test), การทดสอบค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3 กลุ่มขึ้นไป (One-Way ANOVA) และการทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปรสองตัวที่แตกต่างกัน (Chi-Square) การทดสอบความเชื่อมั่นด้วยวิธี Crosstab (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2555)

3. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติวิเคราะห์ค่าที (Independent T-Test), ทดสอบความแตกต่างเฉลี่ยมากกว่าสองกลุ่มประชากร (One-Way ANOVA) และการทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปรสองตัวที่แตกต่างกัน (Chi-Square)

ผลการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง ปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี สามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 จากการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุเพศหญิงมีจำนวน 230 คน (ร้อยละ 57.5) มีอายุระหว่าง 65 - 69 ปี จำนวน 179 คน (ร้อยละ 44.8) ระดับการศึกษา มัธยมศึกษา จำนวน 203 คน (ร้อยละ 50.8) มีอาชีพรับจ้าง จำนวน 189 คน (ร้อยละ 47.3) และมีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน จำนวน 290 คน (ร้อยละ 72.5)

ส่วนที่ 2 รูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี

ตารางที่ 1 แสดงรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี ดังนี้

รูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการ	\bar{x}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
ด้านวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	3.11	0.78	ปานกลาง
ด้านโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุ	3.18	0.72	ปานกลาง
ด้านบุคลากรในการดำเนินการจัดกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุ	3.00	0.57	ปานกลาง
ด้านเนื้อหาของหลักสูตร	3.16	0.59	ปานกลาง
รูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการโดยรวม	3.12	0.50	ปานกลาง

จากตารางที่ 1 แสดงข้อมูลรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งแสดงให้เห็นว่ามีระดับความพึงพอใจโดยรวมในระดับปานกลาง (Mean=3.12 และ S.D.= 0.50) ซึ่งหากพิจารณาในแต่ละด้าน ดังนี้ ความพึงพอใจในด้านวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง (Mean=3.11 และ S.D.= 0.78), ความพึงพอใจในด้านโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุในระดับปานกลาง (Mean=3.18 และ S.D.= 0.72), ความพึงพอใจในด้านบุคลากรในการดำเนินการจัดกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง (Mean=3.00 และ S.D.= 0.57) และความพึงพอใจในด้านเนื้อหาของหลักสูตรอยู่ในระดับปานกลาง (Mean=3.16 และ S.D.= 0.59)

ส่วนที่ 3 ความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ

ตารางที่ 2 แสดงความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ ดังนี้

ความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ	\bar{x}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
ความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน	2.87	1.20	ปานกลาง
การเดินทางสะดวก	2.97	1.24	ปานกลาง
ความกว้างขวาง มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบถ้วน	2.96	1.45	ปานกลาง
ความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการโดยรวม	2.93	0.85	ปานกลาง

จากตารางที่ 2 แสดงข้อมูลความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ ของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งแสดงให้เห็นว่ามีระดับความพึงพอใจโดยรวมในระดับปานกลาง (Mean=2.93 และ S.D.= 0.85) ซึ่งหากพิจารณาในแต่ละด้าน ดังนี้ ความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชนอยู่ในระดับปานกลาง (Mean=2.87 และ S.D.= 1.20), ความพึงพอใจในการเดินทางสะดวกอยู่ในระดับปานกลาง (Mean=2.97 และ S.D.= 1.24) และความพึงพอใจในด้านความกว้างขวาง มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบถ้วนอยู่ในระดับปานกลาง (Mean=2.96 และ S.D.= 1.45)

ตารางที่ 3 แสดงการวิเคราะห์ทดสอบสมมติฐาน โดยทำการวิเคราะห์ค่าที (Independent t-test) ด้วยตัวแปรเพศ ดังนี้

ส่วนของสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ	t-test					
	เพศ	\bar{x}	S.D.	df.	t	Sig.
ความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน	ชาย	2.79	1.20	397	-1.15	0.13
	หญิง	2.93	1.21			
การเดินทางสะดวก	ชาย	2.93	1.25	397	-0.53	0.30

	หญิง	3.00	1.24			
ความกว้างขวาง มีสิ่ง อำนวยความสะดวก ครบถ้วน	ชาย	2.94	1.43	397	-0.13	0.45
	หญิง	2.96	1.46			

จากตารางที่ 3 สรุปได้ว่า พบ ค่า Sig. เท่ากับ 0.13, 0.30, 0.06 และ 0.45 ซึ่งมากกว่า 0.05 นั่นคือ การปฏิเสธสมมติฐานหลัก (H_0) ซึ่งหมายความว่า เพศที่แตกต่างกันจะไม่ส่งผลต่อความพึงพอใจในด้านความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการ ในชุมชน ด้านการเดินทางสะดวก และด้านความกว้างขวาง มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน

ตารางที่ 4 ทดสอบสมมติฐาน F-test เมื่อจำแนกตามอายุ ระดับการศึกษาสูงสุด อาชีพและสถานภาพ โดยใช้สถิติ One-Way ANOVA

โดย H_0 : ผู้สูงอายุในด้านประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกันไม่ส่งผลต่อความพึงพอใจต่อสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี

H_1 : ผู้สูงอายุในด้านประชากรศาสตร์ที่แตกต่างกันส่งผลต่อความพึงพอใจต่อสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี

ความพึงพอใจ		One-Way ANOVA		
		ความเหมาะสมในการ จัดกิจกรรม นันทนาการในชุมชน	การ เดินทาง สะดวก	ความกว้างขวาง มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบถ้วน
อายุ	F	1.78	0.40	1.03
	Sig.	0.13	0.81	0.39
	การยอมรับ	H_0	H_0	H_0
ระดับการศึกษาสูงสุด	F	1.29	0.67	1.30
	Sig.	0.27	0.65	0.26
	การยอมรับ	H_0	H_0	H_0
อาชีพ	F	0.72	1.46	0.60
	Sig.	0.61	0.20	0.697
	การยอมรับ	H_0	H_0	H_0
สถานภาพ	F	0.27	1.39	1.57

	Sig.	0.93	0.23	0.17
	การยอมรับ	H ₀	H ₀	H ₀

*ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

จากตารางที่ 4 พบว่า ผลของการวิเคราะห์ความพึงพอใจต่อรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการในสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี โดยใช้ค่าสถิติ One way ANOVA เพื่อทดสอบสมมติฐานอายุระดับการศึกษาสูงสุด อาชีพและสถานภาพที่แตกต่างกันไม่ส่งผลต่อความพึงพอใจในด้านความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน ด้านการเดินทางสะดวก และด้านความกว้างขวาง มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบถ้วน

ตารางที่ 5 แสดงการทดสอบรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรีโดยใช้วิธีการทางสถิติ Chi-square

โดย H₀ : ปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุไม่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ

H₁ : ปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุไม่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ

ปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี		ความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ		
		ความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน	การเดินทางสะดวก	ความกว้างขวาง ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบถ้วน
ด้านวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	Pearson Chi-square	535.95 ^a	451.74 ^a	507.65 ^a
	Sig.	0.00	0.00	0.00
	การยอมรับ	H ₁	H ₁	H ₁
ด้านโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุ	Pearson Chi-square	323.76 ^a	321.85 ^a	415.29 ^a
	Sig.	0.00	0.00	0.00
	การยอมรับ	H ₁	H ₁	H ₁
ด้านบุคลากรในการดำเนินการจัดกิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุ	Pearson Chi-square	243.77 ^a	367.26 ^a	547.20 ^a
	Sig.	0.00	0.00	0.00
	การยอมรับ	H ₁	H ₁	H ₁
	Chi-square	347.03 ^a	255.82 ^a	262.00 ^a

ด้านเนื้อหาของหลักสูตร	Sig.	0.00	0.00	0.00
	การยอมรับ	H ₁	H ₁	H ₁

*ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

จากตารางที่ 5 พบว่าปัจจัยด้านวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ด้านโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ด้านบุคลากรในการดำเนินการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุและด้านเนื้อหาของหลักสูตรส่งผลต่อความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน การเดินทางสะดวกกว้างขวาง และด้านการมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบถ้วน

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากการวิจัยพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุเพศหญิง มีอายุระหว่าง 65 - 69 ปี จำนวน 179 คน ระดับการศึกษา มีชั้นประถมศึกษา มีอาชีพรับจ้างและมีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน

2. จากปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวสามพระยา จังหวัดเพชรบุรีที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการ คือ ด้านโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุมีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 3.18 อยู่ในระดับปานกลางส่งผลต่อความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน การเดินทางสะดวกและความกว้างขวาง ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วนซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของนางสาววัชรินทร์ เสมาอมญ (2556: ข-ค) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การมีส่วนร่วมในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาและจังหวัดอ่างทองพบว่า มีการสอดคล้องกันในเรื่องของผู้สูงอายุมีความพึงพอใจโดยภาพรวมอยู่ระดับมากที่สุด เมื่อ พิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุมีค่าเฉลี่ยสูงสุด (วัชรินทร์ เสมาอมญ, 2556) 2) ด้านเนื้อหาของหลักสูตร มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 3.16 อยู่ในระดับปานกลางส่งผลต่อความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน การเดินทางสะดวกและความกว้างขวาง ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน 3) ด้านวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 3.11 อยู่ในระดับปานกลางส่งผลต่อความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน การเดินทางสะดวกและความกว้างขวาง ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน 4) ด้านบุคลากรในการดำเนินการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 3.00 อยู่ในระดับปานกลางส่งผลต่อความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชน การเดินทางสะดวกและความกว้างขวาง ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน

3. จากการศึกษาจากปัจจัยของรูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในทางสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยา จังหวัดเพชรบุรี โดยจำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษาสูงสุด อาชีพและสถานภาพที่แตกต่างกันนั้นมีความพึงพอใจโดยรวมในระดับปานกลางสอดคล้องกับงานวิจัยของสุวรรณ เตชะธีระปริดาได้ศึกษาเรื่อง การบริหารจัดการกิจกรรมนันทนาการเพื่อผู้สูงอายุของเทศบาล ตำบลหนองนงน้ำใส อำเภอสีคิ้ว จังหวัดนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถาม มีความพึง

พอใจ และความต้องการเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุในประเด็นต่างๆ ในภาพรวมอยู่ในระดับ “ปานกลาง” (สุวรรณ เฑาะธีระปรีดา, 2557)

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามในด้านต่าง ๆ ในการสุ่มกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ 400 คน และได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเรียบร้อยแล้วพบว่ารูปแบบการทำกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุชาวตำบลสามพระยานั้นมีผลต่อความพึงพอใจโดยรวมในระดับปานกลาง ข้าพเจ้าจึงพิจารณาว่าควรพัฒนารูปแบบต่าง ๆ ในแต่ละด้าน โดยอาจจะจัดในเรื่องของสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการที่สะดวก สามารถเดินทางสะดวกมากและเหมาะสมกับผู้สูงอายุในปัจจุบันปลายชีวิตให้ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากว่าการวิจัยครั้งนี้เป็นการสุ่มกลุ่มตัวอย่างในระดับตำบลสามพระยาซึ่งอาจได้รับผลการศึกษาที่ไม่ครอบคลุมพอ ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาในระดับอำเภอ เพื่อได้ข้อมูลจากประชากรที่ครอบคลุมพื้นที่มากขึ้น
2. ควรมีคำถามในแบบสอบถามในด้านอื่นเพิ่มขึ้นมาหรือเพิ่มข้อคำถามขึ้นมาเพื่อจะได้ทราบข้อมูลที่หลากหลายยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

ณัฐรัชชกร เดชสิทธิ์บุลพร. (2556). “คุณภาพชีวิตและความต้องการสนับสนุนสวัสดิการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนตำบล จังหวัดนครปฐม.” มหาวิทยาลัยศิลปากร

ดิเรก. (2528). “ความหมายของความพึงพอใจ.” เข้าถึงเมื่อ 10 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <https://www.gotoknow.org/posts/492000>

นภารัตน์. (2544). “ความหมายของความพึงพอใจ,” เข้าถึงเมื่อ 10 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <https://www.gotoknow.org/posts/492000>

บล็อกเกอร์ภาคเหนือ. (2553). “เกณฑ์สำหรับประเมินความพึงพอใจ,” เข้าถึงเมื่อ 10 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <http://www.thaiall.com/blog/burin/1165/>

ปราโมทย์ ปรีไทย. (2551). “ความต้องการจัดกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนในโรงเรียนอาชีวศึกษา สังกัดสำนักบริหารงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน เขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร 3. ปริญญาโท วัฒ.ม. (การจัดการนันทนาการ).” กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกทวี พึ่งโพธิ์ทอง

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. (2542). “ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ.” สืบค้นเมื่อวันที่ 11 พฤษภาคม 2560, <http://www.royin.go.th/>

วัชรินทร์ เสมามอนู. (2556). “ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การมีส่วนร่วมในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาและจังหวัดอ่างทอง.” มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ปีพุทธศักราช 2556

- วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี. (2560). “วัยสูงอายุ,” เข้าถึงเมื่อ 10 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <https://th.wikipedia.org/wiki/วัยสูงอายุ>
- ศาสตราจารย์เกียรติคุณ แพทย์หญิง พวงทอง ไกรพิบูลย์. (2557). “นิยามเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ,” เข้าถึงเมื่อ 10 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <http://haamor.com/th/ผู้สูงอายุ/>
- ศูนย์วิจัยสุขภาพกรุงเทพ. (2559). “ผู้สูงอายุหมายถึงใครบ้าง.” เข้าถึงเมื่อ 11 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <http://www.bangkokhealth.com/health/article>
- สุวรรณา เตชะธีระปริชา, (2557), “การบริหารจัดการกิจกรรมนันทนาการเพื่อผู้สูงอายุของเทศบาล ตำบลหนองน้ำใส อำเภอสี่คิ้ว จังหวัดนครราชสีมา.” เข้าถึงเมื่อ 11 พฤษภาคม 2560 จาก http://www.vu.ac.th/apheitvu/journal/v3n2/8_สุวรรณา_เตชะธีระปริชา.pdf
- Im2market. (2558). “ความพึงพอใจหมายถึง.” เข้าถึงเมื่อ 11 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <https://www.im2market.com/2015/11/17/2049>
- Nuffnang. (2556). “นันทนาการมีดีอย่างที่คิดไม่คาดคิด.” เข้าถึงเมื่อ 11 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <http://sweetminnielovely.exteen.com/20091203/entry-2>
- Longman dictionary of contemporary English. (1987). “Rereation” เข้าถึงเมื่อ 11 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <http://www.ldoceonline.com/dictionary/recreation>
- Wikipedia the free encyclopedia. 2017. “Recreation,” เข้าถึงเมื่อ 11 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <https://en.wikipedia.org/wiki/Recreation>
- World health organization. (2000). “Defining old.” เข้าถึงเมื่อ 11 พฤษภาคม 2560. เข้าถึงได้จาก <http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/>