

กระแสด หัดถกจิวไล 2556: ผลของกิจกรรมนันทนาการที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (นันทนาการ) สาขาวิชานันทนาการ ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์สุวิมล ตั้งสัจจงพนธ์, Ph.D. 118 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมนันทนาการที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุสถานีอนามัยไขแสงกำเนิดมี ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศหญิงและเพศชาย จำนวน 35 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ 1) แบบสอบถามเพื่อประเมินภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ซึ่งพัฒนาจากคณะแพทย์และผู้เชี่ยวชาญทางระบบประสาทและสมอง จิตแพทย์ ผู้สูงอายุ และจิตวิทยา มีความเชื่อมั่น 0.94 และ 2) โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ซึ่งได้ผ่านการตรวจสอบหาความเที่ยงตรงเฉพาะหน้า (Face Validity) จากผู้เชี่ยวชาญทางนันทนาการจำนวน 7 ท่าน นำโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการไปศึกษานำร่องกับผู้สูงอายุที่มีลักษณะเหมือนกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ 8 สัปดาห์ โดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลอง ผู้สูงอายุมีระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05