

ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ อำเภอ
ละอุ่น จังหวัดระนอง

(EFFECT OF SOCIAL PARTICIPATORY TRAINING PROGRAM ON SELF-ESTEEM OF THE
ELDERLY IN LA-UN DISTRICT RANONG PROVINCE)

รวิ ใจหาญ 5036040 PHPH/M

วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกอนามัยครอบครัว

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: สุธรรม นันทมงคลชัย ปช.ด. (ประชากรศาสตร์),
พิมพ์สุรางค์ เตชะบุญเสริมศักดิ์ Ph.D.(Tropical Medicine), โชคชัย หมั่นแสวงทรัพย์ พ.บ., ว.ว.(กุมารเวช-
ศาสตร์)

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเข้าร่วม
กิจกรรมทางสังคม ต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุอำเภอละอุ่น จังหวัดระนอง โดยโปรแกรม
ดังกล่าวประกอบด้วย กิจกรรมส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ กิจกรรมสวดมนต์ทำวัตร
เย็น ทำสมาธิแบบอานาปานสติ และกิจกรรมเล่นโยคะในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ
ระหว่าง 60 – 70 ปี กลุ่มละ 35 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ แบบสัมภาษณ์ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
ระยะเวลาทดลองตั้งแต่เดือนกรกฎาคม - ตุลาคม พ.ศ. 2552 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การแจกแจงความถี่
ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบ Chi-square Pair-sample t-test และ Independent-
sample t-test ผลการศึกษาพบว่า ก่อนทดลอง ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลอง
และกลุ่มเปรียบเทียบไม่แตกต่างกัน ($p\text{-value} > 0.05$) หลังการทดลองความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของ
กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) และสูงกว่าก่อน
ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ก่อนและหลังการทดลองความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
ของกลุ่มเปรียบเทียบไม่แตกต่างกัน ($p\text{-value} > 0.05$)

จากผลการวิจัยนี้เสนอแนะให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขนำโปรแกรมไปใช้ในกลุ่มผู้สูงอายุ
เพื่อส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอันจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุต่อไป

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ / ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง / กิจกรรมทางสังคม

EFFECT OF SOCIAL PARTICIPATORY TRAINING PROGRAM ON SELF-ESTEEM
OF THE ELDERLY IN LA-UN DISTRICT RANONG PROVINCE

RAWI CHAIHAN 5036040 PHPH/M

M.Sc.(PUBLIC HEALTH) MAJOR IN FAMILY HEALTH

THESIS ADVISORY COMMITTEE: SUTHAM NANTHAMONGKOLCHAI

Ph.D.(DEMOGRAPHY), PIMSURANG THEACHABOONSERMSAK

Ph.D.(TROPICAL MEDICINE), CHOKCHAI MUNSAWAENG SUB M.D.,

Dip.THAI BOARD OF PEDIATRICS

ABSTRACT

The quasi-experimental research aimed to examine the effect of a social participatory training program on self-esteem of the elderly in La-un district Ranong province. The social activity in this program involved self-esteem promotion, recitation and concentration, and story telling in day care. There were 35 elderly aged 60-70 in the experimental and comparative groups. The intervention period was July – October, 2009. The data was collected by interview questionnaires and analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation, chi-square test, pair-sample t-test and independent-sample t-test. The results found that before intervention, the self-esteem mean score was not different for either group ($p\text{-value} > 0.05$). After intervention, the mean score in the experimental group was statistically significantly higher than before intervention and in the comparative group ($p\text{-value} < 0.05$). The mean score in the comparative group was not different from before to after intervention ($p\text{-value} > 0.05$). The public health officer can use this program to promote self-esteem of the elderly, for good quality of life.

KEY WORDS: ELDERLY/SELF-ESTEEM/SOCIAL ACTIVITY