

การพัฒนาแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love

ปิตินันท์ เหลืองพุ่มพิพัฒน์^{1*}, รัตนาภรณ์ สระหงษ์ทอง¹, สุพิชชา ทวีผล¹ และ สมพล สุขเจริญพงษ์²

¹นักศึกษาศาขาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

²อาจารย์สาขาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

*Bonnie_bellbella@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love 2) ศึกษาความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลนคร ณ สวนสุขภาพบริเวณอ่างเก็บน้ำประปา นครนครปฐม อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม จำนวน 73 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบประเมินคุณภาพแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love และแบบประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เครื่องมือที่ใช้ในการพัฒนาแอปพลิเคชัน ได้แก่ โปรแกรม Kodular

ผลการวิจัย พบว่า ผลการประเมินคุณภาพแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน โดยผลการประเมินในภาพรวมมีคุณภาพในระดับมาก (\bar{X} =4.23, S.D.=0.43) และผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love โดยผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลนครนครปฐม ในภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก (\bar{X} =4.16, S.D.=0.32) แอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ช่วยให้ข้อมูลและแนะนำการดูแลสุขภาพในทุก ๆ ด้าน ด้านการแนะนำอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุทั่วไปและวิธีการทำให้เหมาะสมของผู้สูงอายุ การออกกำลังกายและเกมส์สำหรับผู้สูงอายุ การใช้ยาสามัญและเบอร์โทรติดต่อฉุกเฉิน และการเลือกอุปกรณ์ทางการแพทย์สำหรับการดูแลผู้สูงอายุ และเป็นเครื่องมือช่วยให้ความรู้การดูแลตนเองเบื้องต้นให้กับผู้ใช้งาน

คำสำคัญ: แอปพลิเคชัน การดูแล ผู้สูงอายุ



Application Elderly love love

Pitinan Luangphumphiphat^{1*}, Rattanaorn Srahongthong¹, Supatcha Thaweeopol
and Somphon Sukcharoen²

¹Students of Business Computer, Faculty of Management Sciences, Nakhon Pathom Rajabhat University

²Lecturers of Business Computer, Faculty of Management Sciences, Nakhon Pathom Rajabhat University

*Bonnie_bellbella@hotmail.com

Abstract

The objectives of this research were 1) to develop an application for the elderly “love love” 2) to study satisfaction of the elderly who use application “love love”. The sample group was 73 elderly living in Nakhon Pathom who came to exercise and rest at the health park in the area of Nakhon Pathom Waterworks Reservoir, Mueang District, Nakhon Pathom Province. The tools used to collect data was the questionnaire and the statistics used for data analysis were percentage, mean and standard deviation. Application development tools include Kodular.

The results revealed that the quality assessment results of the elderly love love application by 3 experts as a whole were at a high level (\bar{X} =4.23, S.D. =0.43) and the results of the lover love application users who are the elderly living in Nakhon Pathom were at a high level (\bar{X} =4.16, S.D. =0.32). The elderly love love application provides information on all aspects of health care, recommendations for healthy food for the elderly in general, how to optimize food for the elderly, exercises and games for seniors, generic drugs use and emergency numbers, how to choose medical equipment for taking care of the elderly and a tool which provides knowledge on basic self-care for users.

Keywords: Application, Care, Elderly

1. บทนำ

ผู้สูงอายุในปัจจุบันมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งในสังคมไทยที่กำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเนื่องจากประชากรผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นและมีแนวโน้มอายุยืนยาวขึ้นเช่นกัน ดังนั้นการเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับระบบการจัดการดูแลผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในผู้ที่มีสุขภาพดีและผู้ที่มีความเจ็บป่วยเพื่อให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมและคงไว้ซึ่งพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในส่วนที่ได้อยู่แล้วให้มีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน การที่บุคคลจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปสู่พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพนั้นเป็นสิ่งที่กระทำได้ยากและมีแนวโน้มที่บุคคลอาจจะไม่สามารถกระทำได้อย่างต่อเนื่อง ปัจจัยที่สำคัญที่มีการมุ่งใจให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น

คือปัจจัยด้านความคิด ความรู้สึกที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรม ประกอบด้วยการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ การรับรู้ความสามารถของตน ความรู้สึกนึกคิดที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมที่ปฏิบัติ อิทธิพลระหว่างบุคคลและอิทธิพลด้านสถานการณ์ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ประชากรของประเทศไทยเข้าสู่การเป็น “สังคมสูงวัย” (Aged society) ตั้งแต่ปี 2548 คือ มีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป สูงถึงร้อยละ 10 และตามการคาดประมาณประชากรของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ในปี 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” (Complete aged society) เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และในปี 2574 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” (Super aged society) เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด

ผลจากการสำรวจประชากรไทยมีจำนวน 67.6 ล้านคน ในปี 2560 เป็นชาย 33 ล้านคน และหญิง 34.6 ล้านคน มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป 11.3 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 16.7 ของประชากรทั้งหมด เป็นชาย 5.08 ล้านคน (ร้อยละ 15.4) และหญิง 6.23 ล้านคน (ร้อยละ 18.0) เมื่อแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุออกเป็น 3 ช่วงวัย คือ ผู้สูงอายุวัยต้น (อายุ 60-69 ปี) ผู้สูงอายุวัยกลาง (อายุ 70-79 ปี) และผู้สูงอายุวัยปลาย (อายุ 80 ปีขึ้นไป) จะพบว่า ผู้สูงอายุของไทยส่วนใหญ่จะมีอายุอยู่ในช่วงวัยต้น ร้อยละ 57.4 ของผู้สูงอายุทั้งหมดเมื่อพิจารณาถึงแนวโน้มอัตราของผู้สูงอายุ หมายถึง อัตราส่วนของผู้สูงอายุต่อประชากรทั้งสิ้น 100 คนจะพบว่า เพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด (จากร้อยละ 6.8 ในปี 2537 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 9.4 ในปี 2545 เป็นร้อยละ 10.7 ในปี 2550 ร้อยละ 12.2 ในปี 2554 ร้อยละ 14.9 ในปี 2557 และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 16.7 ในปี 2560) [1]

ในเรื่องของการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่จะทำให้มีสุขภาพที่ดี เพื่อเป็นการลดภาระของลูกหลานและสังคม ในการดูแลผู้สูงอายุ มนุษย์เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยเป็นผู้สูงอายุจะเริ่มเปลี่ยนทัศนคติที่หันมาสนใจในเรื่องของการดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น โดยมีเป้าหมายในความต้องการเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ต้องการมีอายุยืนยาวให้นานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ และนอกจากต้องการมีอายุยืนยาวแล้ว ยังต้องการที่จะมีสุขภาพที่ดีอีกด้วย ซึ่งการที่จะสานฝันของผู้สูงอายุให้บรรลุความต้องการในทั้งสองอย่างได้นั้น ผู้สูงอายุควรทำความเข้าใจในความหมายของการมีอายุยืนยาวอย่างมีสุขภาพดีเสียแต่เนิ่นๆก่อนที่จะเข้าสู่วัยของผู้สูงอายุ (60 ปี) เพราะฉะนั้นเพื่อให้การใช้ชีวิตของผู้สูงวัยหลังเกษียณมีคุณภาพมากที่สุด ในแง่มุมของการดูแลให้มีสุขภาพที่ดีให้นานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ เพื่อความสบายของตนเองและไม่เป็นภาระกับผู้อื่นและสังคม ผู้สูงอายุควรหันมาให้ความสนใจ ทำความเข้าใจในเรื่องของการดูแลสุขภาพตนเองอย่างจริงจัง

ด้วยหลักการและเหตุผลดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยเห็นความสำคัญของปัญหาของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตแต่ละวันอย่างมีความสุข มีอิสระที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพตามที่ตนต้องการ ถึงแม้สภาพร่างกายจะเสื่อมถอยไปด้วยปัญหาเหล่านี้จึงได้ออกแบบและพัฒนาแอปพลิเคชันผู้สูงวัย love love ให้แอปพลิเคชันทำให้เกิดความตระหนักและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้สูงวัย การปฏิบัติตัวในการดูแลสุขภาพของผู้สูงวัย การทำกิจกรรม การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร การขอความช่วยเหลือในสถานการณ์ฉุกเฉิน ให้มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองและการปฏิบัติตนที่ถูกต้องโดยมีการปฏิบัติที่ทำให้มีความสุขที่ดีและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพ

2.วัตถุประสงค์ของระบบ

2.1 เพื่อพัฒนาแอปพลิเคชันผู้สูงวัย love love

2.2 เพื่อศึกษาความพึงพอใจผู้ใช้แอปพลิเคชันผู้สูงวัย love love



3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพอสังเขปได้ดังต่อไปนี้

วาสนา [2] ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลบ้านโฮ้ง อำเภอบ้านโฮ้ง จังหวัดลำพูน เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ แบบภาคตัดขวาง ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม จำนวน 302 คน โดยสุ่มตัวอย่าง แบบชั้นภูมิจากจำนวนประชากรทั้งหมด 1,869 คน คำนวณโดยใช้สูตรของทาโรยามานะ การวิเคราะห์หาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุใช้สถิติ Binary Logistic Regression

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีอายุเฉลี่ย 69 ปีส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 61.26 มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพรวมด้านอาหารออกกำลังกายและอารมณ์ในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 74.83 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดี ได้แก่ (1) ระดับความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้ที่มีระดับความรู้ปานกลาง (Adjusted OR 1.94, 95% CI 1.06 -3.55) และผู้มีความรู้ระดับดี (Adjusted OR 5.43, 95% CI 1.15 -25.53) มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพมากกว่าผู้มีความรู้ต่ำ (2) ผู้มีเครือข่ายทางสังคมระดับปานกลาง (Adjusted OR 1.23, 95% CI 1.54 - 2.81) และผู้ไม่มีเครือข่ายทางสังคมในระดับสูง (Adjusted OR 1.11, 95% CI 1.45 - 2.75) มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพดีมากกว่าผู้ไม่มีเครือข่ายทางสังคมต่ำ (3) ผู้ที่มีอาชีพค้าขายมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพไม่ดีกว่าผู้ที่ไม่ค้าขาย (Adjusted OR 0.13, 95% CI 0.03 -0.60)

สรุปความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพ เครือข่ายทางสังคมและอาชีพ มีผลต่อพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุจึงควรมีการพัฒนาทักษะและให้ความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพ จัดกิจกรรมหรือชมรมเพื่อสร้างเครือข่ายทางสังคมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพและควรเน้นการส่งเสริมสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุที่มีอาชีพค้าขาย

ชลลดา [3] ได้ศึกษาการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุในชมรมเสริมสร้างสุขภาพและสิ่งแวดลอม เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา วัตถุประสงค์เพื่อศึกษา กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปทั้งเพศชายและเพศหญิง จำนวน 240 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยค่าไคสแควร์และสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.20 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพการสมรส รายได้ต่อเดือน และแหล่งที่มาของรายได้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การออกกำลังกายของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 41.30 มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการไม่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.10 การรับรู้ความรุนแรงของการไม่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.40 การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.00 และการรับรู้ทั้ง 3 ข้อนี้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับดี ร้อยละ 62.50 มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 ความสามารถของตนเองในการออกกำลังกายอยู่ใน ระดับปานกลาง ร้อยละ 42.90 มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว เพื่อน บุคลากรทางการแพทย์ และ สื่อมวลชน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 58.80 มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อุทุมพร [4] ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม จำแนกตามเพศและอายุ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ รวบรวมข้อมูล ด้วยแบบสอบถาม

กับประชาชนเขตสายไหม จำนวน 391 คน และวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน พบว่า ประชาชนมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง แต่เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านที่อยู่อาศัย รองลงมา คือ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ และ ด้านสุขภาพ ตามลำดับผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ประชาชนที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อม เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ประชาชนที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จินตนา และคณะ [5] ได้ศึกษาวิจัย เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ชุมชนผู้สูงอายุ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยนำได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ความรู้และเจตคติต่อการออกกำลังกาย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ด้านปัจจัยเอื้อ พบว่า การเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ส่วนปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากคู่สมรสและบุตร เพื่อน และบุคลากรของโรงพยาบาล มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ข้อเสนอแนะจากการวิจัยหน่วยงานที่มีการดูแลหรือรับผิดชอบเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ควรมีการจัดกิจกรรมเสริมความรู้ และเจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้ผู้สูงอายุ โดยเน้นเนื้อหาสาระและวิธีการออกกำลังกายที่ง่ายต่อผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจและตระหนักถึงความสำคัญต่อการออกกำลังกาย ควรมีการนำสมาชิกในครอบครัวและเพื่อนของผู้สูงอายุ เข้ามามีส่วนร่วมในการสนับสนุนทางสังคม จะทำให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ต่อเนื่อง

4. วิธีดำเนินการวิจัย

4.1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

4.1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลนครนครปฐม ที่มาออกกำลังกายและพักผ่อน ณ สวนสุขภาพบริเวณอ่างเก็บน้ำประปานครนครปฐม อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม โดยเฉลี่ยละ 3 คนต่อวัน ในหนึ่งเดือนมีผู้สูงอายุเข้ามายัง ณ สวนสุขภาพบริเวณอ่างเก็บน้ำประปานครนครปฐม ประมาณ 90 คนต่อเดือน

4.1.2 การคำนวณหากลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้มาจากการสุ่มประชากรโดยวิธีการแบบเจาะจง (Purposing Random Sampling) ซึ่งผู้วิจัยทำการกำหนดกลุ่มตัวอย่างตามวิธีกำหนดของกลุ่มตัวอย่างของ ทาโร ยามาเน่ จากจำนวนประชากรคือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลนครนครปฐม ที่มาออกกำลังกายและพักผ่อน ณ สวนสุขภาพบริเวณอ่างเก็บน้ำประปานครนครปฐม อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม จำนวน 73 คน

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

4.2.1 ศึกษาข้อมูลและเก็บรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ อาหารที่ดีต่อสุขภาพตามหลักโภชนาการและการเลือกอุปกรณ์การดูแลผู้สูงอายุ เพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการสร้างเครื่องมือการทำแอปพลิเคชัน

4.2.2 สร้างแบบสอบถาม เรื่องความพึงพอใจในการใช้แอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love

4.2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมา แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม แบบสอบถามความพึงพอใจในการใช้งานแอปพลิเคชัน แบบสอบถามถึงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ



4.2.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

1) ข้อมูลปฐมภูมิ เก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่มาออกกำลังกาย ณ สวนสุขภาพบริเวณอ่างเก็บน้ำประปานครปฐม อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม

2) ข้อมูลทุติยภูมิ เก็บรวบรวมข้อมูลจากสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ข้อมูลจากสื่อออนไลน์ เว็บไซต์ต่าง ๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเบื้องต้นที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

4.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ที่ได้จากแบบประเมินความพึงพอใจจากกลุ่มตัวอย่างนำมาวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

4.3.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นข้อมูลจากแบบประเมินความพึงพอใจ ตอนที่ 1 นำมาวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา (descriptive Statistics) คือ ค่าร้อยละ (percentage) และค่าความถี่สะสม (frequency)

4.3.2 ข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการใช้แอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เพื่อหาข้อสรุปของงานวิจัย

5.ผลการวิจัย

ผลการประเมินคุณภาพแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love สำหรับผู้เชี่ยวชาญในภาพรวมที่มีคุณภาพในระดับดีมาก (\bar{X} = 4.23, S.D. = 0.43) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านความสามารถของแอปพลิเคชัน ด้านการออกแบบของแอปพลิเคชัน ด้านคุณภาพของแอปพลิเคชัน มีคุณภาพในระดับดีมาก (\bar{X} = 4.65, S.D. = 0.52) ด้านความสามารถของแอปพลิเคชัน ในภาพรวมมีคุณภาพในระดับดีมาก (\bar{X} = 4.44, S.D. = 0.65) ด้านการออกแบบของแอปพลิเคชัน ในภาพรวมมีคุณภาพในระดับดีมาก (\bar{X} = 4.22, S.D. = 0.50) ด้านคุณภาพของแอปพลิเคชัน ในภาพรวมมีคุณภาพในระดับดีมาก (\bar{X} = 4.21, S.D. = 0.55)

ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love สรุปผลการประเมินความพึงพอใจได้ดังนี้ ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ประเมินความพึงพอใจ พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็น เป็นเพศหญิง จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 57.30 เพศชาย จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 42.70 ซึ่งส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 37.30 รองลงมาคือ ข้าราชการบำนาญ คิดเป็นร้อยละ 26.7 รองลงมาคือ ค้าขาย จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 18.70 รองลงมาคือ ไม่ได้ประกอบอาชีพ จำนวน 13 คน ซึ่งส่วนใหญ่มีสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน 2-3 คน จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 42.70 รองลงมาคือสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน 4-5 คน จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 29.30 รองลงมาคือ สมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน 6 คนขึ้นไป จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 21.30 รองลงมาคือ อาศัยอยู่เพียงลำพังจำนวน จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 6.70

ตารางที่ 1 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้แอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love

รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. ด้านความสามารถของแอปพลิเคชัน	4.11	0.43	มาก
2. ด้านการออกแบบของแอปพลิเคชัน	4.31	0.36	มาก
3. ด้านคุณภาพของแอปพลิเคชัน	4.06	0.38	มาก
ภาพรวม	4.16	0.32	มาก

จากตารางที่ 1 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงวัย love love พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีความพึงพอใจในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.16, S.D.= 0.32$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า มีความพึงพอใจด้านการออกแบบของแอปพลิเคชัน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.31, S.D.= 0.36$) รองลงมาคือ มีความพึงพอใจด้านความสามารถของแอปพลิเคชัน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.11, S.D.= 0.43$) รองลงมาคือ มีความพึงพอใจด้านคุณภาพของแอปพลิเคชัน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.06, S.D.= 0.38$) ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงวัย love love ด้านความสามารถของแอปพลิเคชัน

รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. แอปพลิเคชันสามารถเข้าใช้งานได้ง่ายและไม่ซับซ้อน	4.68	0.63	มากที่สุด
2. แอปพลิเคชันมีการประมวลผลของการทำงานได้รวดเร็ว	3.71	0.51	มาก
3. แอปพลิเคชันการแสดงผล ตัวอักษร ภาพ วีดีโอและข้อมูลต่างๆได้อย่างต่อเนื่อง	4.03	0.68	มาก
4. แอปพลิเคชันสามารถให้ข้อมูลที่ทันสมัย	3.85	0.72	มาก
5. แอปพลิเคชันสามารถให้ข้อมูลถูกต้องครบถ้วน	4.31	0.63	มาก
ภาพรวม	4.31	0.36	มาก

จากตารางที่ 2 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงวัย love love ด้านความสามารถของแอปพลิเคชัน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.31, S.D.= 0.36$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า มีความพึงพอใจต่อแอปพลิเคชันสามารถเข้าใช้งานได้ง่ายและไม่ซับซ้อน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.68, S.D.= 0.63$) รองลงมาคือ มีความพึงพอใจต่อแอปพลิเคชันสามารถให้ข้อมูลถูกต้องครบถ้วน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.31, S.D.= 0.63$) รองลงมาคือ มีความพึงพอใจต่อแอปพลิเคชันการแสดงผล ตัวอักษร ภาพ วีดีโอและข้อมูลต่างๆได้อย่างต่อเนื่อง อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.03, S.D.= 0.68$) รองลงมาคือ มีความพึงพอใจต่อแอปพลิเคชันสามารถให้ข้อมูลที่ทันสมัย อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.85, S.D.= 0.72$) รองลงมาคือ มีความพึงพอใจต่อแอปพลิเคชันมีการประมวลผลของการทำงานได้รวดเร็ว อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.71, S.D.= 0.51$) ตามลำดับ

ตารางที่ 3 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงวัย love love ด้านการออกแบบของแอปพลิเคชัน

รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. ขนาดและสีอักษรบนแอปพลิเคชัน	4.56	0.55	มากที่สุด
2. การวางตำแหน่งของเนื้อหา รูปภาพ	3.53	0.75	มาก
3. จอแสดงผลและภาพพื้นหลัง ดูง่าย สบายตา	4.59	0.52	มากที่สุด
4. เลือกภาษาที่เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน	4.23	0.55	มาก
5. ออกแบบโลโก้ตรงตามชื่อแอปพลิเคชัน	4.65	0.50	มากที่สุด
ภาพรวม	4.11	0.43	มาก



จากตารางที่ 3 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งาน แอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ด้านความถูกต้องของแอปพลิเคชัน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.31, S.D.= 0.36$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ออกแบบโลโก้ตรงตามชื่อแอปพลิเคชัน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.65, S.D.= 0.50$) รองลงมาคือ จอแสดงผลและภาพพื้นหลัง ดูง่าย สบายตา อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.59, S.D.= 0.52$) รองลงมาคือ ขนาดและสีของอักษรบนแอปพลิเคชัน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.56, S.D.= 0.51$) รองลงมาคือ เลือกใช้ภาษาเข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.23, S.D.= 0.55$) และมีการวางตำแหน่งของเนื้อหา รูปภาพ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.53, S.D.= 0.75$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ด้านคุณภาพของแอปพลิเคชัน

รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. ข้อมูลของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุมีความถูกต้องชัดเจนที่สามารถนำมาดูแลสุขภาพ	4.56	0.55	มากที่สุด
2. ข้อมูลภาพในแอปพลิเคชันมีความหลากหลาย ทันสมัย ตรงตามความต้องการของผู้ใช้งาน	3.53	0.75	มาก
3. การใช้งานในแอปพลิเคชันมีความสอดคล้องและนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน	4.59	0.52	มากที่สุด
4. การใช้งานในแอปพลิเคชันง่ายต่อการใช้งาน ไม่ซับซ้อนจะทำให้แอปพลิเคชันได้รับการยอมรับในกลุ่มผู้สูงอายุมากขึ้น	4.23	0.55	มาก
5. การใช้งานในแอปพลิเคชันมีการดูแลสุขภาพตนเองให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ในรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุบนอุปกรณ์พกพา	4.65	0.50	มากที่สุด
ภาพรวม	4.11	0.43	มาก

จากตารางที่ 4 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ด้านการใช้งานแอปพลิเคชัน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.11, S.D. = 0.43$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การใช้งานในแอปพลิเคชันมีการดูแลสุขภาพตนเองให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ในรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุบนอุปกรณ์พกพา อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.65, S.D.= 0.50$) รองลงมาคือ การใช้งานแอปพลิเคชันมีความสอดคล้องและนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.59, S.D.= 0.52$) รองลงมาคือ ข้อมูลของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุมีความถูกต้องชัดเจนที่จะสามารถนำมาดูแลสุขภาพ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.56, S.D.= 0.55$) รองลงมาคือ การใช้งานในแอปพลิเคชันทำให้ผู้สูงอายุกู้ว่าแอปพลิเคชันง่ายต่อการใช้งาน ไม่ซับซ้อนจะทำให้แอปพลิเคชันได้รับการยอมรับในกลุ่มผู้สูงอายุมากขึ้น อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.23, S.D.= 0.55$) และข้อมูลภาพในแอปพลิเคชันมีความหลากหลาย ทันสมัย ตรงตามความต้องการของผู้ใช้งาน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.53, S.D.= 0.75$) ตามลำดับ

การพัฒนาแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love

ผู้ใช้งานสามารถดาวน์โหลดแอปพลิเคชันบนระบบปฏิบัติการแอนดรอยด์สำหรับการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ได้จาก QR Code หรือ Link ต่อไปนี้



QR Cord สำหรับผู้ใช้งาน
<https://kodular.app/RCF-RBS>

หน้าการเข้าใช้งาน



ภาพที่ 1 หน้าเข้าใช้งานระบบ

หน้าเมนูหลัก



ภาพที่ 2 หน้าเมนูหลัก



หน้าเมนูอาหารสุขภาพ



ภาพที่ 3 วิธีการทำและวิดีโออาหารสุขภาพ

หน้าเมื่อนันทนาการ



ภาพที่ 4 กิจกรรมนันทนาการต่างๆ

หน้าเมนูปฐมพยาบาล



ภาพที่ 5 ยาและเบอร์โทรฉุกเฉิน

อุปกรณ์เสริม



ภาพที่ 6 อุปกรณ์ทางการแพทย์

6.สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ดังนี้

6.1 การประเมินคุณภาพแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love

ผลการประเมินคุณภาพแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ สำหรับผู้เชี่ยวชาญ ในภาพรวมมีคุณภาพอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความสามารถของแอปพลิเคชัน มีคุณภาพอยู่ในระดับมาก ด้านการออกแบบของแอปพลิเคชัน มีคุณภาพอยู่ในระดับมาก และด้านคุณภาพของแอปพลิเคชัน มีคุณภาพอยู่ในระดับมาก ตามลำดับ

6.2 การประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love

ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ผู้วิจัยได้พัฒนาแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ช่วยให้การใช้งานแอปพลิเคชันบนโทรศัพท์มือถือของผู้สูงอายุ เรื่องการใช้งานแอปพลิเคชันของผู้สูงอายุจะมีลักษณะที่แตกต่างจากกลุ่มผู้ใช้ในวัยรุ่นหรือวัยทำงาน เพราะกลุ่มผู้สูงอายุไม่นิยมการเข้าไปดาวน์โหลดแอปพลิเคชันจาก เว็บไซต์อื่นๆ เพราะผู้สูงอายุจะเลือกใช้แอปพลิเคชันตามที่เพื่อนๆ ในกลุ่มเดียวกัน เพราะเมื่อใช้แอปพลิเคชันเดียวกันจะมีผู้ให้คำแนะนำการใช้งานเดียวกัน ผลการประเมินคุณภาพแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love มีทั้งหมด 3 ด้าน สรุปในภาพรวมมีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.23$, S.D.= 0.43) และผลการประเมินความพึงพอใจต่อการใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love มีทั้งหมด 3 ด้าน สรุปในภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.16$, S.D.= 0.32) มีผลใกล้เคียงกับงานวิจัยของ กิรณา และกุลทิพย์ [6] เรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการสื่อสารกับการส่งต่อข้อมูลผ่านแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ ได้มีการตอบสนองความต้องการของกลุ่มผู้ใช้และผู้มีส่วนใหญ่เห็นว่าแอปพลิเคชันบนโทรศัพท์มือถือสำหรับผู้สูงอายุ มีประโยชน์มากเนื่องจากผู้ใช้มีความต้องการใช้แอปพลิเคชันแตกต่างกันจึงมีผู้ผลิตและพัฒนาแอปพลิเคชันใหม่ ๆ ขึ้นมาเป็นจำนวนมาก

ข้อเสนอแนะ

การใช้งานแอปพลิเคชันผู้สูงอายุ love love ณ สวนสุขภาพบริเวณอ่างเก็บน้ำประปานนครปฐม อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม ควรใช้อุปกรณ์ Android ตรงกับที่กำหนดไว้ เพื่อให้แอปพลิเคชันสามารถทำงานได้อย่างดี และมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

จัดให้มีการดำเนินงานการพัฒนาแอปพลิเคชันบนระบบอื่นๆ เช่น IOS , Window เป็นต้น เพื่อให้ผู้ใช้งานที่ใช้ระบบนอกเหนือจากระบบ Android สามารถใช้งานได้ครอบคลุมและสะดวกต่อการใช้งานในทุกๆระบบปฏิบัติการ

เอกสารอ้างอิง

- [1] กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงมนุษย์. (2563).แผนยุทธศาสตร์กรมกิจการผู้สูงอายุ พ.ศ. 2560 - 2564 ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 2 พ.ศ.2563: โรงพิมพ์เทพปัญญานิสย์
- [2] วาสนา สิทธิกัน. (2560). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบล บ้านโอง อำเภอบ้านโอง จังหวัดลำพูน. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- [3] ชลลดา บุตรีวิชา. (2561). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมออกกำลังกายของผู้สูงอายุในชมรมเสริมสร้างสุขภาพและสิ่งแวดล้อม เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะศิลปศาสตร์,มหาวิทยาลัยเกริก
- [4] อุทุมพร วานิชคาม (2562). การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร. วารสารวิชาการ ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีที่ 25 ฉบับที่ 1



- [5] จินตนา ทองสุขนอก มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์ และนิรัตน์ อิมามี. (2551). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ชุมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์**. วารสารสุศึกษา ฉบับที่ 31,110 (ก.ย.-ธ.ค.2551) 107-123 :สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- [6] กิรณา สมวาทสรณ์ และ กุลทิพย์ ศาสตรระรุจิ. (2559). **การศึกษาพฤติกรรมการสื่อสารกับการส่งต่อข้อมูลผ่านแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงวัย**. การประชุมสัมมนาวิชาการระดับชาติ ประจำปี 2559. คณะนิเทศศาสตร์และนวัตกรรมการจัดการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ 1 กรกฎาคม 2559.