

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมา

มนุษย์มีการติดต่อสื่อสารมาเป็นเวลานาน เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคมต้องอาศัยรวมกันเป็นกลุ่มโดยใช้ภาษาเป็นสื่อกลางในการติดต่อสื่อสารระหว่างกัน การที่มนุษย์สามารถใช้ภาษาติดต่อสื่อสารกันได้นั้นต้องมีข้อตกลงในคำพูดหรือสัญลักษณ์ว่าหมายถึงสิ่งใด เพื่อให้ผู้รับเข้าใจในความหมาย เครื่องมือและวิธีการที่มนุษย์ใช้สื่อสารกันนั้นมีมาตั้งแต่ในอดีต จนกระทั่งในปัจจุบันการติดต่อสื่อสารได้พัฒนาเรื่อยๆ จนเกิดเป็นเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่ใช้ในการติดต่อสื่อสาร (อภิษฎา กาลจักร. ออนไลน์. 2559)

การสื่อสารแบบไร้พรมแดน อินเทอร์เน็ตได้มีบทบาทและความสำคัญมากในการดำเนินชีวิตประจำวัน ทำให้สังคมในปัจจุบันกลายเป็นสังคมที่ไร้พรมแดนสามารถติดต่อสื่อสารกันได้ทั่วโลกเพียงแค่ปลายนิ้ว เพราะอินเทอร์เน็ตช่วยอำนวยความสะดวกในการติดต่อสื่อสาร ทำให้การติดต่อสื่อสารมีความสะดวก รวดเร็วและประหยัดเวลา นอกจากนี้อินเทอร์เน็ตยังสามารถช่วยในการค้นหาข้อมูลต่างๆ ได้ตลอดเวลา ทำให้การเรียนรู้ไม่ได้จำกัดอยู่ในเฉพาะห้องเรียน จำนวนผู้ใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นอย่างมากโดยปกติผู้ใช้อินเทอร์เน็ตจะมีเพียงแค่กลุ่มคนทำงานและกลุ่มวัยรุ่นเท่านั้น แต่ในปัจจุบันกลุ่มผู้สูงอายุเริ่มให้ความสนใจในการใช้อินเทอร์เน็ตมากขึ้น เทคโนโลยีใหม่ที่ใช้ในการติดต่อสื่อสารคืออินเทอร์เน็ต ซึ่งสามารถติดต่อสื่อสารกับผู้คนได้ทั่วโลก และในอนาคตจะขยายขอบเขตขึ้นเรื่อยๆ (สุภาวรรณ ศรีวิชัย. ออนไลน์. 2556)

ปัจจุบันประเทศไทยเริ่มเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัย (Agedsociety) โดยในปี 2560 โลกมีประชากรสูงอายุ หรือ คนที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป มากถึง 962 ล้านคน และในประเทศไทยมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป 11 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 17 ของประชากรทั้งหมด ส่งผลให้อาณาเขตข้างหน้าของประเทศจะมีกลุ่มคนที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวนมากและกลายเป็นกลุ่มคนส่วนใหญ่ในประเทศ การบริโภคของกลุ่มคนสูงวัยนี้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการซื้อสินค้าและบริการในอนาคต และในอนาคตธุรกิจก็จะมุ่งเข้าไปยังกลุ่มลูกค้าเป้าหมายที่เป็นผู้สูงวัย (Institute for Population and Social Research, 2018 : 55)

ดังนั้นพฤติกรรม การซื้อสินค้า หรือบริการและพฤติกรรม การตัดสินใจซื้อ จึงมีความสำคัญอย่างมากสำหรับธุรกิจในการตัดสินใจซื้อสินค้าหรือบริการของผู้บริโภคในปัจจุบัน ได้นำเอาเทคโนโลยีมาเป็นเครื่องมือในการค้นหาข้อมูลเพื่อการตัดสินใจซื้ออย่างมาก โดยเฉพาะเทคโนโลยีจากโทรศัพท์มือถือ ผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตเปรียบเสมือนการย่อโลกไว้ในมือจากการนิยตสาร

Positioning ระบุว่า ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปนิยมใช้โซเชียลมีเดีย โดยนิยมใช้ไลน์ร้อยละ 50 โดยใช้ในการเช็คข้อมูลข่าวสาร และติดต่อสื่อสาร นิยมใช้เฟซบุ๊กร้อยละ 16 เพื่อดูข่าวสาร อัปเดตสังคม ติดต่อสื่อสาร และดูเพจต่าง ๆ เมื่อพิจารณาในการเข้าถึงการรับโฆษณาของผู้สูงอายุนิยมเปิดรับโซเชียลมีเดียไลน์ร้อยละ 19 และเฟซบุ๊กร้อยละ 18 (Positioning Magazine. Online. 2018)



ภาพประกอบ 1 แสดงในส่วนของ “ช่วงเวลาของผู้สูงอายุใช้งาน” แบ่งเป็น 3 ช่วง  
ที่มา : Positioning. Online. 2018.

โลกอินเทอร์เน็ตไม่ได้ปิดกั้นผู้สูงอายุอีกต่อไป เทคโนโลยีทางคอมพิวเตอร์ผู้สูงอายุเริ่มรู้เรื่อง และคุ้นเคย ไม่กลัว และใช้เองเป็นบ้าง เครือข่ายสังคมออนไลน์ ได้เข้ามาามีอิทธิพลในการติดต่อสื่อสารในชีวิตประจำวัน ได้แก่ Facebook, Twitter, Line, Instagram, My Space ฯลฯ ที่เข้ามาช่วยในการติดต่อสื่อสารให้งานและมีประสิทธิภาพมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารระหว่างบุคคล หรือการสื่อสารระหว่างกลุ่ม เมื่อพฤติกรรมเปลี่ยนไป เครือข่ายสังคมออนไลน์กลายเป็นสิ่งที่มีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตมากขึ้น ซึ่งโซเชียลเน็ตเวิร์กแต่ละประเภทจะมีรูปแบบการบริการที่แตกต่างกัน โดยผู้ใช้งานจะเลือกใช้ตามพฤติกรรมหรือทัศนคติที่ตรงกับตนเอง (กันตพล บันทัดทอง. 2557 : 1)

เนื่องจากสถานะที่เปลี่ยนแปลงทางด้านปัจจัยทั้งภายใน และภายนอกของครอบครัว ที่หลากหลายส่งผลให้ผู้สูงอายุต้องอยู่ห่างจากลูกหลาน อาจจะเนื่องมาจากลูกหลานต้องศึกษาต่อ

ในที่ห่างไกล และการเดินทางไปทำงานต่างถิ่น หรือขนาดของครอบครัวเล็กลงโดยการแยกตัวออกจากครอบครัวใหญ่มาใช้ชีวิตเป็นครอบครัวเล็ก ๆ จึงส่งผลให้ผู้สูงอายุจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการติดต่อสื่อสาร โดยมีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มากขึ้นเพื่อการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ผู้สูงอายุต้องเปลี่ยนพฤติกรรมการสื่อสารเพื่อที่จะเปิดรับเครือข่ายสังคมออนไลน์ ในวัยสูงอายุ ผู้ที่จะเป็นเพื่อนผู้ซื่อสัตย์ที่สุด คือ คอมพิวเตอร์ นอกจากนี้ยังเปิดอินเทอร์เน็ตข่าวสารได้ทั่วโลก และสามารถค้นหาสิ่งที่ต้องการโดยพิมพ์คาลงไป อย่างไรก็ตามช่องว่างของโลกออนไลน์ขณะนี้ลดลงบ้างแล้วการบอกเล่าและชักชวนของบุคคลวัยเดียวกันทำให้คนกลุ่มนี้รู้สึกว่าคุณค่า ไม่ได้อยู่คนเดียวบนโลกแต่กลับเป็นที่ต้องการในสังคมมากกว่า

การดูแลผู้สูงอายุเป็นอีกหนึ่งประเด็นที่ได้รับความสนใจอย่างมากในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นการดูแลตัวเองของผู้สูงอายุ หรือการดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านของลูกหลาน รวมไปถึงสินค้าและบริการต่าง ๆ ในกลุ่มผู้สูงอายุที่ผู้ประกอบการให้ความสนใจเพิ่มขึ้น ดังนั้นการผลักดันให้ระบบการดูแลผู้สูงอายุของประเทศสอดคล้องกับโครงสร้างของสังคมในปัจจุบันจึงเป็นสิ่งที่ควรให้ความสนใจเป็นอย่างมาก เพื่อที่จะคงไว้ซึ่งศักยภาพในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ ทั้งนี้เนื่องจากผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทยปี พ.ศ. 2561 ของสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (2562 : 79 - 81) พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุมีการใช้อินเทอร์เน็ตโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 4 ชั่วโมง 54 ต่อวัน เมื่อพิจารณาถึงกิจกรรมบนออนไลน์ที่นิยมใช้สื่อสังคมออนไลน์ (Social Media Online) ยังคงอยู่ในอันดับสูงสุด รองลงมาคือ การดูทีวี ภาพยนตร์ และการฟังเพลงออนไลน์ ซึ่งสอดคล้องกับตัวเลขการใช้งานเฟซบุ๊ก (Facebook) ไลน์ (LINE) ยูทูบ (YouTube) ของประเทศไทยในปัจจุบัน (กระทรวงการพัฒนาศักยภาพและความมั่นคงของมนุษย์. 2561 : 196 - 199) อีกทั้งจากผลการสำรวจการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารในครัวเรือนพ.ศ. 2561 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (ออนไลน์. 2561) พบว่า ผู้สูงอายุมีการใช้อินเทอร์เน็ตประมาณร้อยละ 21.2 โดยกรุงเทพมหานครและในเขตเทศบาลมีการใช้มากที่สุด ส่วนใหญ่ใช้เพื่อค้นหาข้อมูล รองลงมา คือ ติดตามข่าวสาร และรับ-ส่งอีเมล และจากผลการศึกษารายงานการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ ของกลุ่มผู้สูงอายุพบว่า สื่อสังคมออนไลน์มีผลดีกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยเฉพาะการดูแลตนเองทั้งในส่วนของสุขภาพทางกายหรือสุขภาพทางจิตวัยสูงอายุ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงการทำงานของร่างกายไปในทางที่เสื่อมลง ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุประสบกับปัญหาสุขภาพกาย และสุขภาพจิตตามมา การส่งเสริมการดูแลสุขภาพในกลุ่มผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญ ปัจจุบันการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุได้มีการพัฒนาหลากหลายรูปแบบโดยผ่านสื่อต่าง ๆ เพื่อให้สะดวกต่อการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารทางด้านสุขภาพสื่อออนไลน์เป็นวิธีหนึ่งที่ถูกนำมาใช้ในการส่งข้อมูลข่าวสารทางด้านสุขภาพทั้งจากหน่วยงานหรือองค์กรด้านสุขภาพ

รวมทั้งจากบุคคลที่รู้จักได้ส่งข้อมูลถึงกัน ทำให้เกิดความสะดวกและรวดเร็วในการรับข้อมูล นอกจากนี้ยังเป็นช่องทางในการสืบค้นข้อมูลต่าง ๆ ที่ต้องการได้ (วรรณรัตน์ รัตนวงษ์. 2558 : 169 - 186) ศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการใช้อินเทอร์เน็ตในการค้น ข้อมูลทางสุขภาพเกี่ยวกับความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคอาการเจ็บป่วย เรื่องของการรักษาและทางเลือกสื่อออนไลน์ถึงแม้จะมีประโยชน์และเอื้ออำนวยความสะดวกต่อผู้ใช้ แต่อาจมีอุปสรรคต่อกลุ่มผู้สูงอายุในการใช้งาน การทำความเข้าใจในเรื่องการใช้อินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญ

สำหรับสถิติของจำนวนผู้สูงอายุในจังหวัดจันทบุรี จากสถิติเมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2562 พบว่า จังหวัดจันทบุรีมีจำนวนผู้สูงอายุกว่าร้อยละ 17.75 ของประชากรทั้งหมดหรือจำนวน 95,420 คน สูงกว่าร้อยละเฉลี่ยของทั้งประเทศ ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 16.73 และมากเป็นลำดับที่ 1 ของภาคตะวันออก (กรมกิจการผู้สูงอายุ. ออนไลน์. 2563)

จึงเห็นได้ว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในปัจจุบันและอนาคตสามารถใช้เป็นช่องทางสำคัญในการส่งผ่านข้อมูลหลากหลายด้าน โดยสื่อออนไลน์ในปัจจุบันมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ โดยเป็นช่องทางสำคัญที่ใช้ในการส่งผ่านข้อมูลในหลายด้าน โดยเฉพาะความรู้ทางด้านสุขภาพ เพื่อเป็นการให้ความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องจากหน่วยงานที่เชื่อถือได้ถึงผู้สูงอายุโดยตรง ดังนั้น หากผู้สูงอายุหรือผู้ที่ดูแลมีความรู้ความเข้าใจและมีความรู้และทักษะในการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ก็จะช่วยส่งเสริมให้เกิดประโยชน์ด้านการดูแลสุขภาพ รวมทั้งยังพัฒนาต่อยอดเป็นอีกหนึ่งช่องทางที่บุคลากรทางการแพทย์ใช้เป็นช่องทางติดต่อสื่อสารให้คำปรึกษาด้านการดูแลสุขภาพได้ สะดวก รวดเร็ว แม้จะอยู่ในพื้นที่ห่างไกลในอนาคตได้อีกด้วย ดังนั้นงานวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี

### ปัญหาคำวิจัย

1. การเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี เป็นอย่างไร
2. การใช้อินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี เป็นอย่างไร
3. ปัญหา และอุปสรรคการใช้สื่อ และการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี เป็นอย่างไร
4. การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี เป็นอย่างไร

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้สื่อออนไลน์ และการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี
2. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคการใช้สื่อออนไลน์ และการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี
3. เพื่อศึกษาการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลตนเอง และผลของการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี

### ประโยชน์ของการวิจัย

1. ทำให้ทราบถึงการใช้สื่อออนไลน์ และการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาเนื้อหา และวิธีการสื่อสารผ่านสื่อออนไลน์ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
2. ทำให้ทราบถึงปัญหาและอุปสรรคการใช้สื่อออนไลน์ และการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี เพื่อให้บุคลากรที่เกี่ยวข้องเห็นความสำคัญของสื่อสุขภาพออนไลน์ในกลุ่มผู้สูงอายุ และให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างเหมาะสม
3. ทำให้ทราบถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลตนเอง และผลการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี เพื่อให้เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตให้กับตนเองที่ดีขึ้นได้อย่างเหมาะสม

### ขอบเขตการวิจัย

**ขอบเขตด้านประชากร** โดยศึกษาข้อมูลจากผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชาย และเพศหญิง ในพื้นที่จังหวัดจันทบุรี จำนวน 15 คน

**ขอบเขตด้านพื้นที่** ผู้สูงอายุในพื้นที่จังหวัดจันทบุรี แบ่งออกเป็นชมรมผู้สูงอายุ 15 ชมรม ในพื้นที่จังหวัดจันทบุรี

**ขอบเขตด้านเนื้อหา** ศึกษาการใช้สื่อออนไลน์ของผู้สูงอายุ และการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี

**ขอบเขตด้านเวลา** ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษา และเก็บข้อมูลครั้งนี้ใช้เวลาในการเตรียมข้อมูล จัดลำดับข้อมูล พร้อมทั้งการสัมภาษณ์ และนำผลมาวิเคราะห์ข้อมูลใช้ระยะเวลาในการวิจัยเริ่มตั้งแต่เดือนกรกฎาคม 2565 - กันยายน 2565

### นิยามศัพท์เฉพาะ

**ผู้สูงอายุ** หมายถึง บุคคลทั้งชายและหญิง ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป โดยแบ่งออกเป็น ชมรมผู้สูงอายุ 15 ชมรม ที่มีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎรของจังหวัดจันทบุรี ซึ่งเป็นผู้ที่สามารถใช้ สื่อออนไลน์ และสามารถเปิดรับสื่อสุขภาพเพื่อนำไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเอง

**สื่อออนไลน์** หมายถึง ช่องทางที่มีการติดต่อสื่อสารกันในลักษณะการสื่อสารแบบสอง ทางผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ผ่านทางเว็บไซต์ Social Network ที่ให้บริการบนโลกออนไลน์ โดยใช้อุปกรณ์สื่อสารประเภทต่าง ๆ เช่น คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือ สมาร์ทโฟน หรือแท็บเล็ต เป็นต้น

**การเปิดรับสื่อ** หมายถึง การที่กลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่จังหวัดจันทบุรี เปิดรับข้อมูลสื่อต่าง ๆ จากสื่อออนไลน์และเลือกสนใจเนื้อหาการบริการผ่านแอปพลิเคชันในลักษณะต่าง ๆ ประกอบด้วย ด้านการเปิดรับ ด้านการเลือกให้ความสนใจ ด้านการเลือกรับรู้ และด้านการเลือกจดจำ

**การสื่อสารสุขภาพ** หมายถึง กระบวนการการสื่อสารสองทางระหว่างผู้รับสารและผู้ส่งสาร ที่เปิดโอกาสให้ประชาชนสามารถเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพได้ง่าย และทั่วถึง มีการจัด องค์ความรู้แบบมีส่วนร่วม และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหมู่ประชาชน เช่น วิธีการพูดคุยแลกเปลี่ยน ความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพ และการรับข้อมูลข่าวสารของกลุ่มชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดจันทบุรี

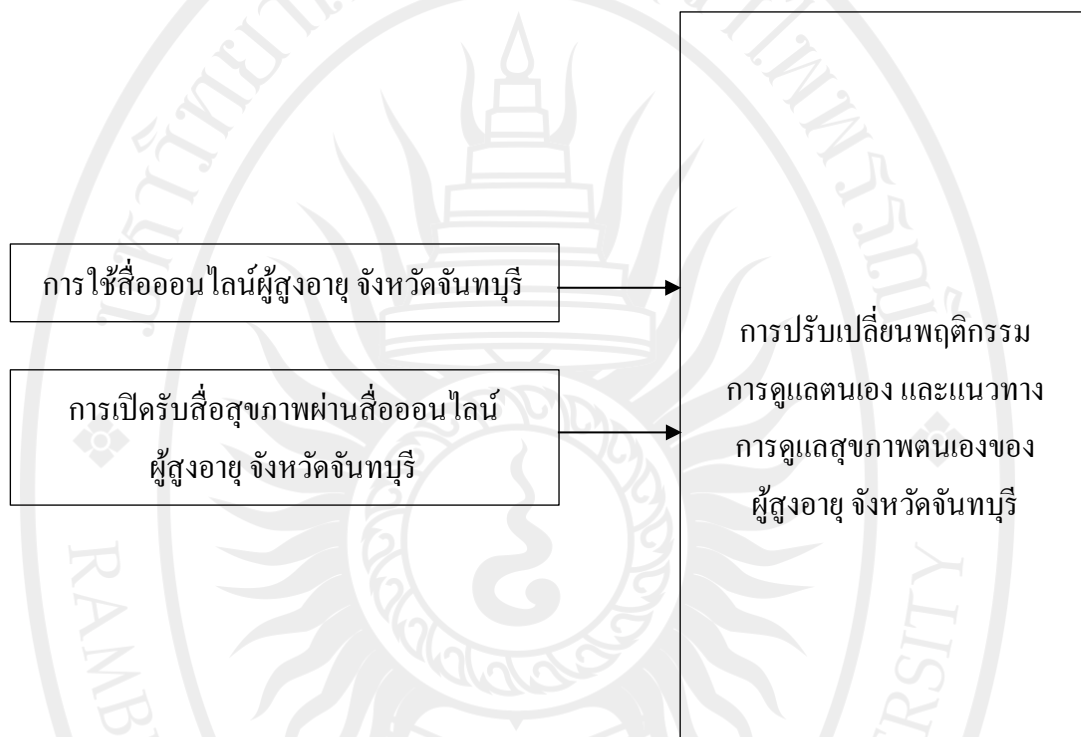
**การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตนเอง** หมายถึง ความบ่อยครั้งในการใช้สื่อออนไลน์ ประเภทต่าง ๆ ได้แก่ Facebook Line เพื่อสร้างกิจกรรมที่บุคคลกระทำเพื่อให้ตนเองมีสุขภาพที่ดี โดยมีความสนใจเอาใจใส่ต่อสุขภาพร่างกายของตนและมีศักยภาพสูงสุดในการดำเนินชีวิต ของตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคม

**แนวทางการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ** หมายถึง พฤติกรรมที่ผู้สูงอายุกระทำ หรือปฏิบัติ ด้วยตนเองจนเป็นลักษณะนิสัยในการดำเนินชีวิตเป็นประจำเพื่อส่งเสริมสุขภาพ รักษาสุขภาพ และการป้องกันโรคทำให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และมีสภาวะทางจิตดี และตระหนักถึงความมุ่งมาดปรารถนาของตนเอง สามารถตอบสนองต่อปัญหาของตนเอง และสามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม หรือปรับตนให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาการใช้สื่อออนไลน์ และการเปิดรับสื่อสุขภาพออนไลน์ของผู้สูงอายุ จังหวัดจันทบุรี ผู้วิจัยได้สรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิเคราะห์ (Conceptual Framework) ไว้ดังนี้



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดในการวิจัย