

การส่งเสริมศักยภาพความจำ ด้วยงานศิลปประดิษฐ์ของกลุ่มผู้สูงอายุชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร
อัมพวัน ยันเสน*, ปิยะธิดา สีหะวัฒนกุล, อนุสรณ์ ไจทน, สุชีรา ผ่องใส, กิตติ ยอดอ่อน และ ศุภสิทธิ์ วราศิลป์

Promoting the Memory Capabilities through Handicraft for the Elderly of Wat Thewarat
Kunchorn Community, Bangkok

Ampawan Yunsan*, Piyatida Seehawatanakul, Anusorn Jaiton, Sucheera Phongsai, Kittiy Yordon and Suphasit Warasin

คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

Faculty of Home Economics Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakorn

* Corresponding author. E-mail address: Ampawan.yu@rmutp.ac.th

Received: 7th Aug 2025

; Revised: 8th Mar 2026

; Accepted: 10th Mar 2026

DOI : 10.60101/jhet.2026.1273

บทคัดย่อ

การส่งเสริมศักยภาพความจำ ด้วยงานศิลปประดิษฐ์ ของกลุ่มผู้สูงอายุชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานครมีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) ศึกษาศักยภาพความจำด้วยการทำซ้ำกิจกรรมงานศิลปประดิษฐ์ ของกลุ่มผู้สูงอายุ ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร และ 2) ศึกษาความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมงานศิลปประดิษฐ์ให้กับผู้สูงอายุ ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชร จำนวนทั้งสิ้น 20 คน จากการคัดเลือกแบบเจาะจง เก็บข้อมูลโดยใช้แบบประเมิน ความสามารถในการจดจำ แบบสอบถามความพึงพอใจ นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีศักยภาพความจำจากการทำกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ (มาลัยข้าวสวย) โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ดี ทั้งจากการประเมินครั้งที่ 1 (ค่าเฉลี่ย 2.70, S.D. = 0.09) และครั้งที่ 2 (ค่าเฉลี่ย 2.79, S.D. = 0.08) ซึ่งแสดงให้เห็นแนวโน้ม ความสามารถในการจดจำที่ดีขึ้น สอดคล้องกันมากขึ้น นอกจากนี้ ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจโดยรวมต่อการจัดกิจกรรมในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.83, S.D. = 0.42) โดยเฉพาะด้านความรู้สึก ประสพการณ์ในการเข้าร่วม ในประเด็นความรู้สึกสนุก เพลิดเพลินกับการทำกิจกรรม ซึ่งมีผลประเมินความพึงพอใจสูงสุด (ค่าเฉลี่ย 4.95, S.D. = 0.22) การวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่ากิจกรรมศิลปประดิษฐ์ (มาลัยข้าวสวย) สามารถการส่งเสริมความจำและสร้างความพึงพอใจให้แก่ผู้สูงอายุ

คำสำคัญ: ส่งเสริมศักยภาพความจำ, ศิลปประดิษฐ์, ผู้สูงอายุ

ABSTRACT

Promoting the Memory Capabilities through Handicraft for the Elderly of Wat Thewarat Kunchorn Community, Bangkok" aimed to 1) study the memory capabilities through the repetition of handicraft activities among the elderly in Wat Thewarat Kunchorn Community, Bangkok, and 2) study the satisfaction towards the organization of handicraft activities for the elderly in this community. The sample group consisted of 20 elderly individuals from the Wat Thewarat Kunchorn Community, selected through purposive sampling. Data were collected using a memory capability assessment form and a satisfaction questionnaire. The collected data were analyzed using descriptive statistics, including frequency distribution, percentage, mean, and standard deviation.

The research findings revealed that the elderly's memory capabilities resulting from the handicraft activity (Souvenir Garland or Malai Chamruai) were overall at a good level in both the first assessment (Mean = 2.70, S.D. = 0.09) and the second assessment (Mean = 2.79, S.D. = 0.08). This indicates a positive trend of improved and more consistent memory retention. Furthermore, the elderly reported the highest overall level of satisfaction with the activity organization (Mean = 4.83, S.D. = 0.42). Specifically, in the aspect of feelings and participation experiences, the feeling of fun and enjoyment during the activity received the highest satisfaction score (Mean = 4.95, S.D. = 0.22). This research indicates that handicraft activities (Malai Chamruai) can effectively promote memory and generate satisfaction among the elderly.

keywords: Promoting memory capabilities, Handicraft, Elderly

บทนำ

จากสัดส่วนผู้สูงอายุของประเทศไทยมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี 2548 และจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุระดับสมบูรณ์ในปี พ.ศ. 2564 คาดว่า พ.ศ. 2574 จะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอด ซึ่งส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศ เศรษฐกิจ คุณภาพชีวิตของประชาชนโดยรวม โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ควรพัฒนาคุณภาพชีวิตให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ ไม่เป็นภาระผู้อื่น ทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น สังคม ประเทศชาติได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ปัญหาด้านสุขภาพที่ส่งผลกระทบโดยตรงต่อการพึ่งพาตนเองคือ ภาวะความจำเสื่อมถอยการรู้คิดบกพร่อง ซึ่งเป็นปัญหาที่เด่นชัด ทวีความรุนแรงตามวัย จากสถิติพบว่าเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น ความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อมจะยิ่งสูงขึ้น โดยพบความชุกของภาวะสมองเสื่อมสูงถึงร้อยละ 25-50 ในกลุ่มผู้สูงวัยที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไป อาการหลงลืม สูญเสียความจำระยะสั้นนี้ไม่เพียงแต่ทำให้การใช้ชีวิตประจำวันยากลำบาก แต่ยังบั่นทอนความภาคภูมิใจและนำไปสู่ปัญหาทางจิตใจตามมา

กนกวรรณ ทองคำสิง (2564) ได้กล่าวถึงคหกรรมศาสตร์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ คหกรรมศาสตร์เป็นศาสตร์ที่ช่วยเหลือหล่อหลอมให้ทรัพยากรบุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะบทบาทพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย ปัจจัยต่าง ๆ เช่น ปัจจัยด้านการศึกษาตลอดชีวิต ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยเกี่ยวกับสังคม การสร้างค่านิยมให้ผู้สูงอายุภูมิใจ

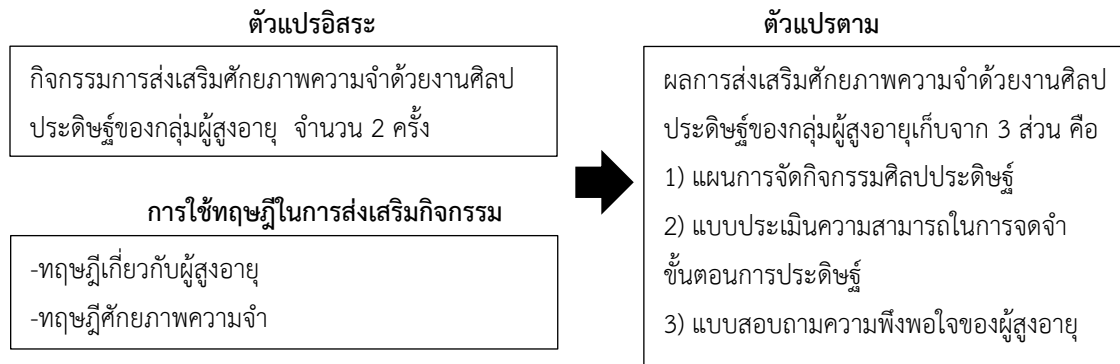
ในตนเอง สร้างภาพพจน์ด้านบวก รู้วิธีปฏิบัติตนด้านรักษาสุขภาพ การบรรลุลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ที่ทำให้ชีวิตมีความสุข สมบูรณ์ โดยคหกรรมศาสตร์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยกิจกรรมได้หลายรูปแบบได้แก่ กิจกรรมศิลปะประดิษฐ์ที่ต้องใช้มีมือนี้อยู่ในการทำซ้ำ ๆ เช่น การร้อยลูกปัด การพับกระดาษ หรือการเย็บปักถักร้อย เป็นการฝึกทักษะกลไกที่ส่งผลโดยตรงต่อการทำงานของสมอง ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันได้ดีขึ้น หรือการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาอาชีพที่เหมาะสมกับเพศ วัย ความสนใจ มีจุดมุ่งหมายให้เกิดความพึงพอใจทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ วัยผู้สูงอายุเป็นวัยที่ไม่สามารถสร้างร่างกายให้เคลื่อนไหวได้ว่องไว มีความจำที่แม่นยำเหมือนในวัยหนุ่มสาว จึงทำให้การดูแลตนเองในชีวิตประจำวันมีความยากลำบากมากขึ้น ด้วยเหตุผลนี้ทำให้ผู้สูงวัยมีแนวโน้มที่จะขาดความมั่นใจในตนเอง อาจรู้สึกไม่มีคุณค่า ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถแก้ไขได้โดยการหากิจกรรมยามว่างทำงานศิลปะประดิษฐ์ที่เป็นกิจกรรมยามว่าง ตัวเลือกหนึ่งที่สามารถสร้างความภาคภูมิใจ (กรมสุขภาพจิต, 2563) เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ เพราะผู้สูงอายุจะได้ใช้ความสามารถที่มีรังสรรค์ผลงานจากฝีมือของตนเองออกมาได้ แนวทางดังกล่าวสามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีนิวโรบิกส์ เอ็กเซอร์ไซส์ (Neurobics Exercise) ของศาสตราจารย์ ลอเรนซ์ ซี แคทซ์ (Lawrence C. Katz) ซึ่งเป็นแนวคิดการบริหารสมองที่ชี้ให้เห็นว่า การทำกิจกรรมที่ต้องใช้ประสาทสัมผัสหลายด้านร่วมกับอารมณ์ มีการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กอย่างประณีตผ่านการทำซ้ำ ๆ จะช่วยกระตุ้นให้เกิดการสร้างเชื่อมต่อเครือข่ายใยประสาทใหม่ในสมอง (Neuroplasticity) ช่วยรักษาสมรรถภาพความจำ พร้อมทั้งชะลอความเสื่อมของสมองได้นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่สนับสนุนแนวคิดนี้อย่างชัดเจน ดังเช่นการศึกษาของ จารุวรรณ ก้านศรี และคณะ (2560) ที่พบว่าโปรแกรมการบริหารสมองด้วยกิจกรรมที่กระตุ้นการรู้คิด สามารถเพิ่มประสิทธิภาพด้านความจำในผู้สูงอายุที่มีความจำบกพร่องเล็กน้อยได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ รินดา เจวประเสริฐพันธ์ (2563) ที่ยืนยันว่าการกระตุ้นสมองด้วยกิจกรรมที่เป็นรูปธรรมให้ผลเชิงบวกต่อการฟื้นฟูความจำ การแก้ปัญหา และการตัดสินใจในผู้สูงอายุอย่างเห็นได้ชัด

จากการศึกษาคณะผู้วิจัยจึงมีแนวคิดในการนำศาสตร์คหกรรมศาสตร์ ด้วยกิจกรรมการฝึกสมองหรือกิจกรรมการกระตุ้นสมองด้านงานศิลปะประดิษฐ์ประเภทของขวัญของที่ระลึก โดยการทำซ้ำกิจกรรมเดิม เป็นการกระตุ้นสมองเพื่อช่วยส่งเสริมศักยภาพด้านความจำ ความมั่นใจ นอกจากจะช่วยสร้างความภาคภูมิใจให้กับผู้สูงอายุแล้ว ยังช่วยส่งเสริมทักษะด้านต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุมีสมาธิ ใจเย็น อารมณ์คงที่ และเพลิดเพลินไปกับการทำกิจกรรม ซึ่งส่งผลให้มีสุขภาพจิตที่ดีตามมา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาศักยภาพความจำด้วยการทำซ้ำ กิจกรรมงานศิลปะประดิษฐ์ของกลุ่มผู้สูงอายุ ชุมชนวัดเทวราชกุญชรกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมงานศิลปะประดิษฐ์ให้กับผู้สูงอายุ ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีการศึกษา/วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ที่มุ่งศึกษาผลของกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ที่มีต่อศักยภาพความจำและความพึงพอใจของผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมเครื่องมือวิจัยขึ้นเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณจากกลุ่มตัวอย่าง ก่อนนำไปวิเคราะห์ สรุปผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย การวิจัยแบ่งออกเป็นลำดับขั้นตอนหลัก ดังนี้

1) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ชุมชนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต มีประชากรอาศัยอยู่ประมาณ 78 ครัวเรือน (ไทยพีบีเอส, 2567) อย่างไรก็ตาม ไม่มีการเปิดเผยตัวเลขสถิติที่ระบุจำนวนผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปอย่างเป็นทางการแบบเจาะจง โดยปกติประชากรกลุ่มนี้จะมีสัดส่วนประมาณ 15 - 20% ของประชากรในชุมชนตามค่าเฉลี่ยของกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นสมาชิกในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 20 คน โดยใช้การคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากผู้ที่มีความสนใจ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ครบทั้ง 2 ครั้ง

2) รูปแบบการดำเนินงานวิจัย ผู้วิจัยจัดกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ในรูปแบบของการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) จำนวน 2 ครั้ง ซึ่งมุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ลงมือปฏิบัติจริง โดยแต่ละครั้งมีกิจกรรมหลักคือ การประดิษฐ์มาลัยขำร่วย ที่ออกแบบให้ง่ายต่อการจดจำเหมาะสมกับวัย โดยผู้วิจัยได้นำกระบวนการออกแบบทางคหกรรมศาสตร์มาจัดลำดับขั้นตอนการทำงานให้เป็นระบบ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้จากการมองเห็นและลงมือปฏิบัติได้อย่างเป็นขั้นเป็นตอน

3) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แผนการจัดกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ มาลัยขำร่วย 2) แบบประเมินความสามารถในการจดจำขั้นตอนการประดิษฐ์ (Memory Assessment Form) ซึ่งเน้นประเมินการลำดับขั้นตอนการเลือกใช้วัสดุ ไม่ใช่แบบประเมินทักษะความสวยงามของชิ้นงาน และ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยนำเครื่องมือทั้งหมดเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ซึ่งต้องมีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2543) จากนั้นนำแบบสอบถามความพึงพอใจไปทดลองใช้ (Try-out) กับผู้สูงอายุที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

ด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ให้มีค่าตั้งแต่ 0.70 ขึ้นไป (บุญชม ศรีสะอาด, 2556) ก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลจริง

4) ขั้นตอนการเก็บข้อมูลและการจัดการข้อมูล ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองทั้งหมด การเก็บข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ช่วงของกิจกรรม ได้แก่

ครั้งแรก เก็บข้อมูลหลังจากที่ผู้วิจัยได้ทำการสาธิตสำเร็จแล้วกลุ่มตัวอย่างทำชิ้นงานสำเร็จ โดยผู้วิจัยเป็นผู้สังเกต และบันทึกคะแนนลงใน แบบประเมินความสามารถในการจดจำขั้นตอนการประดิษฐ์

ครั้งที่สอง เก็บข้อมูลหลังจากให้กลุ่มตัวอย่างทำชิ้นงานเองจนสำเร็จ โดยผู้วิจัยประเมินด้วยแบบประเมินความสามารถในการจดจำชุดเดิม เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการด้านความจำ

ครั้งที่สาม เก็บข้อมูลเกี่ยวกับความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างหลังจบกิจกรรม เนื่องจากผู้สูงอายุอาจมีข้อจำกัดด้านการอ่าน ผู้วิจัยจึงเป็นผู้อ่านข้อคำถามในแบบสอบถามให้ฟังทีละข้อ และให้ผู้สูงอายุเป็นผู้ตอบเพื่อประเมินระดับความพึงพอใจด้วยตนเองก่อนการวิเคราะห์ข้อมูลทุกครั้งผู้วิจัยจะทำการจัดการข้อมูลโดยการตรวจสอบความครบถ้วนและความถูกต้องของข้อมูลจากเครื่องมือวิจัย เช่น แบบสอบถาม หรือแบบประเมินที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีข้อมูลตกหล่นหรือผิดพลาด หลังจากนั้นข้อมูลที่เก็บได้จะถูกเข้าและจัดทำฐานข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์

5) การวิเคราะห์ข้อมูล และเกณฑ์การแปลผล การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากเครื่องมือวิจัยจะใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) เพื่อสรุปผลจากข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลจาก แบบประเมินความสามารถในการจดจำขั้นตอนการประดิษฐ์ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การให้คะแนนแบบรูบริคส์ (Scoring Rubrics) แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

3 คะแนน หมายถึง สามารถจดจำและลำดับขั้นตอนการประดิษฐ์ได้ถูกต้องด้วยตนเองทั้งหมด

2 คะแนน หมายถึง สามารถทำตามขั้นตอนได้ แต่ต้องมีผู้วิจัยคอยชี้แนะหรือทบทวนความจำในบางขั้นตอน

1 คะแนน หมายถึง ไม่สามารถจดจำขั้นตอนได้ ต้องมีผู้วิจัยบอกและชี้แนะในทุกขั้นตอน

ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลจาก แบบสอบถามความพึงพอใจ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยใช้เกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ยตามแนวคิดของ บุญชม ศรีสะอาด (2556) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.51 - 5.00 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 3.51 - 4.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย 2.51 - 3.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 1.51 - 2.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย และค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.50 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด ตามลำดับ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1) ใบกิจกรรมทักษะการปฏิบัติงาน ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอ้างอิงจากแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความจำ ประกอบด้วยรายการประเมินเกี่ยวกับความสามารถในการจดจำ เช่น ชื่อชิ้นงาน วัสดุ ขั้นตอนการทำงาน การประยุกต์ใช้งาน โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ คือ ดี พอใช้ และต้องปรับปรุง มีการประเมินทั้งสิ้น 2 ครั้ง เพื่อเปรียบเทียบความสามารถก่อน - หลังการเข้าร่วมกิจกรรม จากนั้นนำไปกิจกรรมทักษะการปฏิบัติงานไปตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยให้ผู้เชี่ยวชาญด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ความเหมาะสมของภาษา โดยพิจารณา

จากค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ผลการประเมินพบว่าทุกรายการประเมินมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 ซึ่งผ่านเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดไว้ว่าต้องมีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2543) แสดงว่าเครื่องมือมีความเที่ยงตรงและสามารถนำไปใช้เก็บข้อมูลจริงได้

2) แบบสอบถามความพึงพอใจ แบ่งเป็น 2 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน) เป็นแบบเลือกตอบ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความพึงพอใจต่อกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ จำแนกออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านเนื้อหาและกิจกรรม ด้านความรู้สึกระหว่างประสบการณ์ ด้านการจัดกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวก ใช้ระดับความพึงพอใจ 5 ระดับ (Rating Scale) ตั้งแต่ มากที่สุด ถึง น้อยที่สุด

แบบสอบถามชุดนี้ได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน โดยผลการประเมินพบว่าข้อคำถามทุกข้อมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 จากนั้นผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ผลการวิเคราะห์พบว่าแบบสอบถามทั้งฉบับมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.85 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่ยอมรับได้คือตั้งแต่ 0.70 ขึ้นไป (บุญชม ศรีสะอาด, 2556) จึงถือว่าเป็นเครื่องมือที่มีคุณภาพและเชื่อถือได้

ผลการศึกษา

การวิจัยเรื่อง การส่งเสริมศักยภาพความจำด้วยงานศิลปประดิษฐ์ของกลุ่มผู้สูงอายุชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร ในวันที่ 25 มกราคม 2568 ณ กลุ่มผู้สูงอายุ ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ดำเนินโครงการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง โดยการปฏิบัติงานในการทำงานศิลปประดิษฐ์ (มาลัยข้าวสวย) ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 การดำเนินโครงการ (การถ่ายทอดความรู้ กิจกรรมทักษะการปฏิบัติงาน มาลัยข้าวสวย)

เก็บรวบรวมข้อมูลจาก ใบแบบประเมินความสามารถในการจดจำ จำนวน 2 ชุด และ แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ จำนวน 1 ชุด กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมศักยภาพความจำ จำนวน 20 คน ผลจากการดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากเครื่องมือวิจัยโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) มีดังนี้

1) ผลการปฏิบัติงานในการทำงานศิลปประดิษฐ์ (มาลัยขำร่วย) ผลการประเมินทักษะการปฏิบัติงาน (ครั้งที่ 1) นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลประเมินความสามารถในการจดจำของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยใบกิจกรรมทักษะการปฏิบัติงาน (ครั้งที่ 1)

n=20

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	การแปลความ
1. จดจำชื่อชิ้นงานที่ได้ปฏิบัติสำเร็จ	2.90	0.30	ดี
2. จดจำชื่อวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรมได้	2.65	0.47	ดี
3. เรียบเรียงลำดับขั้นตอนการทำงานได้อย่างถูกต้อง	2.75	0.43	ดี
4. จดจำลำดับขั้นตอนในการทำงานได้อย่างถูกต้อง	2.60	0.49	ดี
5. จดจำลักษณะและรูปแบบของชิ้นงานที่ทำ	2.55	0.50	ดี
6. อธิบายขั้นตอนการทำงานให้ผู้อื่นเข้าใจได้	2.75	0.43	ดี
7. ทำกิจกรรมซ้ำได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น	2.80	0.40	ดี
8. การจดจำดีขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม	2.60	0.49	ดี
9. จดจำคำแนะนำจากวิทยากรมาใช้ทำชิ้นงาน	2.65	0.47	ดี
10. จำลำดับการใช้วัสดุอุปกรณ์ในแต่ละขั้นตอนได้	2.70	0.46	ดี
รวม	2.70	0.09	ดี

จากตารางที่ 1 ผลประเมินความสามารถในการจดจำประเมินทักษะการปฏิบัติงานครั้งที่ 1 ของกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร พบว่า ความสามารถในการจดจำโดยรวมอยู่ในระดับ ดี โดยมีค่าเฉลี่ยรวม ($\bar{X}$) เท่ากับ 2.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 0.09 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจดจำชื่อชิ้นงาน ได้คะแนนสูงสุด ($\bar{X} = 2.90$, S.D. = 0.30) รองลงมาคือการทำกิจกรรมซ้ำได้ด้วยตนเอง ($\bar{X} = 2.80$, S.D. = 0.40) การเรียบเรียงลำดับขั้นตอน การอธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจ ($\bar{X} = 2.75$, S.D. = 0.43) เท่ากันการจำลำดับการใช้วัสดุอุปกรณ์ ($\bar{X} = 2.70$, S.D. = 0.46) เท่ากันการจดจำวัสดุ/อุปกรณ์ และคำแนะนำจากวิทยากร ($\bar{X} = 2.65$, S.D. = 0.47) การจดจำลำดับขั้นตอน ความจำดีขึ้นหลังทำกิจกรรม ($\bar{X} = 2.60$, S.D. = 0.49) เท่ากัน การจดจำลักษณะและรูปแบบของชิ้นงาน ($\bar{X} = 2.55$, S.D. = 0.50)

ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมศิลปประดิษฐ์มีผลเชิงบวกต่อความสามารถในการจดจำของผู้สูงอายุ ทั้งในด้านความจำเกี่ยวกับรายละเอียดของงาน ขั้นตอนการทำงาน การใช้วัสดุ และการถ่ายทอดความรู้ ซึ่งสะท้อนถึงประสิทธิภาพของกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะด้านความจำในผู้สูงอายุอย่างชัดเจน

2) การปฏิบัติงานในการทำงานศิลปประดิษฐ์ (มาลัยขำรวย) ผลการประเมินทักษะการปฏิบัติงาน (ครั้งที่ 2) นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลประเมินความสามารถในการจดจำของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยใบกิจกรรมทักษะการปฏิบัติงาน (ครั้งที่ 2)

n = 20

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	การแปลความ
1. จดจำชื่อชิ้นงานที่ได้ปฏิบัติสำเร็จ	2.95	0.22	ดี
2. จดจำชื่อวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรมได้	2.75	0.43	ดี
3. เรียบเรียงลำดับขั้นตอนการทำงานได้อย่างถูกต้อง	2.85	0.36	ดี
4. จดจำลำดับขั้นตอนในการทำงานได้อย่างถูกต้อง	2.70	0.46	ดี
5. จดจำลักษณะและรูปแบบของชิ้นงานที่ได้ทำ	2.65	0.47	ดี
6. อธิบายขั้นตอนการทำงานให้ผู้อื่นเข้าใจได้	2.85	0.36	ดี
7. ทำกิจกรรมซ้ำได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น	2.90	0.30	ดี
8. การจดจำดีขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม	2.70	0.46	ดี
9. จดจำคำแนะนำจากวิทยากรมาใช้ทำชิ้นงาน	2.75	0.40	ดี
10. จำลำดับการใช้วัสดุอุปกรณ์ในแต่ละขั้นตอนได้	2.80	0.40	ดี
รวม	2.79	0.08	ดี

จากตารางที่ 2 ผลประเมินทักษะการปฏิบัติงานของผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน ในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร โดยใช้ใบกิจกรรมทักษะการปฏิบัติงานครั้งที่ 2 พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสามารถในการจดจำโดยรวมอยู่ในระดับ “ดี” ($\bar{X} = 2.79$, S.D. = 0.08) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า การจดจำชื่อชิ้นงานมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 2.95$, S.D. = 0.22) รองลงมาคือ การทำกิจกรรมซ้ำได้ด้วยตนเอง ($\bar{X} = 2.90$, S.D. = 0.30) การเรียบเรียงลำดับขั้นตอน การอธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจได้มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน ($\bar{X} = 2.85$, S.D. = 0.36) การจำลำดับการใช้วัสดุอุปกรณ์ ($\bar{X} = 2.80$, S.D. = 0.40) การจดจำวัสดุและอุปกรณ์ ($\bar{X} = 2.75$, S.D. = 0.43) การจดจำคำแนะนำจากวิทยากร ($\bar{X} = 2.75$, S.D. = 0.40) การจดจำลำดับขั้นตอนและการจดจำที่ดีขึ้นหลังทำกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยเท่ากัน ($\bar{X} = 2.70$, S.D. = 0.46) ลำดับสุดท้ายคือการจดจำลักษณะและรูปแบบของชิ้นงาน ($\bar{X} = 2.65$, S.D. = 0.47)

ผลการวิเคราะห์ชี้ให้เห็นว่ากิจกรรมศิลปประดิษฐ์ส่งผลเชิงบวกต่อความสามารถในการจดจำของผู้สูงอายุ ทั้งในด้านการจดจำรายละเอียดของชิ้นงาน วัสดุ อุปกรณ์ ขั้นตอนการทำงาน และการถ่ายทอดความรู้ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะความจำของผู้สูงอายุได้อย่างชัดเจน

3) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินความสามารถในการจดจำทั้ง 2 ครั้ง ของผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร จากการศึกษาความสามารถในการจดจำของผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน โดยใช้ใบกิจกรรมทักษะการปฏิบัติงานทั้ง 2 ครั้งเป็นเครื่องมือ พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีระดับความสามารถในการจดจำอยู่ในเกณฑ์ ดี ทั้งสองครั้ง โดยในครั้งที่ 1 มีค่าเฉลี่ยรวม 2.70 (S.D. = 0.09) และครั้งที่ 2 มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 2.79 (S.D. = 0.08) ซึ่งสะท้อนถึงพัฒนาการเชิงบวกในด้านความสามารถในการจดจำ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าทุกรายการมีแนวโน้มคะแนนเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะการจดจำชื่อชิ้นงานและการทำกิจกรรมซ้ำได้ด้วยตนเองที่ได้ค่าเฉลี่ยสูงสุดในทั้งสองครั้ง แสดงให้เห็นถึงความสามารถในการจดจำรายละเอียดที่สำคัญและการประยุกต์ใช้ความรู้ได้ดีขึ้น

4) วิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามความพึงพอใจ ข้อมูลทั่วไป ของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมากกว่ากึ่งหนึ่งเป็น เพศหญิง จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 60 ในขณะที่เป็นเพศชาย 8 คน คิดเป็นร้อยละ 40 อายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างกึ่งหนึ่งมีอายุอยู่ในช่วง 71 – 80 ปี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาคือช่วงอายุ 61 – 70 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 40 และมีเพียงส่วนน้อยที่อายุมากกว่า 81 ปี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 10 ระดับการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษา ต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 95 มีเพียงส่วนน้อยที่มีระดับการศึกษา ปริญญาตรี 1 คน คิดเป็นร้อยละ 5 อาชีพ พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างมากกว่ากึ่งหนึ่ง ไม่มีอาชีพ จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 75 ส่วนผู้ที่ยังคงประกอบอาชีพมีจำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 25 รายได้ต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน ต่ำกว่า 9,000 บาท จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 85 และมีผู้ที่มีรายได้ระหว่าง 9,001 – 15,000 บาท จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 15

5) ผลวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมงานศิลปประดิษฐ์ให้กับผู้สูงอายุ ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร ด้านเนื้อหาและกิจกรรม ด้านความรู้สึกละและประสบการณ์ในการเข้าร่วม และด้านการจัดกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวก โดยแสดงค่าความถี่ และค่าเฉลี่ย นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรมการส่งเสริมศักยภาพความจำด้วยงานศิลปประดิษฐ์

n=20

รายการ	$\bar{x}$	S.D.	การแปลความ
1) ด้านเนื้อหาและกิจกรรม			
1. กิจกรรมมีเนื้อหาที่เหมาะสมกับวัย	4.75	0.54	มากที่สุด
2. งานศิลปประดิษฐ์ช่วยกระตุ้นความจำ	4.65	0.48	มากที่สุด
3. ความเข้าใจขั้นตอนการทำกิจกรรมที่จัด	4.85	0.45	มากที่สุด
4. เวลาที่ใช้ในแต่ละกิจกรรมมีความเหมาะสม	4.80	0.41	มากที่สุด
5. รูปแบบของกิจกรรมมีความน่าสนใจ	4.80	0.52	มากที่สุด

ตารางที่ 3 ผลวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรมการส่งเสริมศักยภาพความจำด้วยงานศิลปประดิษฐ์ (ต่อ)

n=20

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	การแปลความ
6. การนำความรู้จากกิจกรรมไปใช้ได้	4.90	0.31	มากที่สุด
2) ด้านความรู้สึกและประสบการณ์ในการเข้าร่วม			
1. รู้สึกสนุกและเพลิดเพลินกับการทำกิจกรรม	4.95	0.22	มากที่สุด
2. รู้สึกผ่อนคลาย/มีสมาธิมากขึ้นหลังทำกิจกรรม	4.85	0.45	มากที่สุด
3. รู้สึกมีคุณค่าในตัวเองจากการได้ผลงานที่สำเร็จ	4.80	0.41	มากที่สุด
4. กิจกรรมนี้ช่วยลดความเหงาหรือเพิ่มความสุข	4.80	0.52	มากที่สุด
3) ด้านการจัดกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวก			
1. สถานที่จัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	4.90	0.31	มากที่สุด
2. อุปกรณ์ที่ใช้มีความเพียงพอในการดำเนินกิจกรรม	4.85	0.45	มากที่สุด
3. ผู้จัดการกิจกรรมให้ความช่วยเหลือในการอำนวยความสะดวก	4.90	0.31	มากที่สุด
4. ได้รับการดูแลอย่างดีระหว่างเข้าร่วมกิจกรรม	4.75	0.64	มากที่สุด
รวม	4.83	0.42	มากที่สุด

จากตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน พบว่า ผู้สูงอายุมีระดับความพึงพอใจโดยรวมต่อกิจกรรมอยู่ในระดับ มากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ยรวม ($\bar{X}$) เท่ากับ 4.83 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 0.42 ด้านเนื้อหาและกิจกรรม ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในระดับ มากที่สุดทุกรายการ ดังนี้

1) ด้านเนื้อหาและกิจกรรม ผลการประเมินความพึงพอใจด้านเนื้อหาและกิจกรรม ของกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การนำความรู้จากกิจกรรมไปใช้ได้ ได้คะแนนสูงสุด ($\bar{X}$ = 4.90, S.D. = 0.31) รองลงมาคือความเข้าใจขั้นตอนการทำกิจกรรมที่จัด ($\bar{X}$ = 4.85, S.D. = 0.45) เวลาที่ใช้ในแต่ละกิจกรรมมีความเหมาะสม ($\bar{X}$ = 4.80, S.D. = 0.41) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับรูปแบบของกิจกรรมมีความน่าสนใจ ($\bar{X}$ = 4.80, S.D. = 0.52) กิจกรรมมีเนื้อหาที่เหมาะสมกับวัย ($\bar{X}$ = 4.75, S.D. = 0.54) และงานศิลปประดิษฐ์ช่วยกระตุ้นความจำ ($\bar{X}$ = 4.65, S.D. = 0.48) ตามลำดับ

2) ด้านความรู้สึกและประสบการณ์ในการเข้าร่วม ผลการประเมินความพึงพอใจด้านความรู้สึกและประสบการณ์ในการเข้าร่วม ของกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า รู้สึกสนุกและเพลิดเพลินกับการทำกิจกรรม ได้คะแนนสูงสุด ($\bar{X}$ = 4.95, S.D. = 0.22) รองลงมาคือรู้สึกผ่อนคลาย/ มีสมาธิมากขึ้นหลังทำกิจกรรม ($\bar{X}$ = 4.85, S.D. = 0.45) รู้สึกมีคุณค่าในตัวเองจากการได้ผลงานที่สำเร็จ ($\bar{X}$ = 4.80, S.D. = 0.41) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับกิจกรรมนี้ช่วยลดความเหงาหรือเพิ่มความสุข ($\bar{X}$ = 4.80, S.D. = 0.52) ตามลำดับ

3) ด้านการจัดกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวก ผลการประเมินความพึงพอใจด้านการจัดกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวกของกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน ชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า สถานที่จัดกิจกรรมมีความเหมาะสม และผู้จัดกิจกรรมให้ความช่วยเหลือในการอำนวยความสะดวก ได้คะแนนสูงสุด ($\bar{X}$ = 4.90, S.D. = 0.31) รองลงมาคือ อุปกรณ์ที่ใช้มีความเพียงพอในการดำเนินกิจกรรม ($\bar{X}$ = 4.85, S.D. = 0.45) และได้รับการดูแลอย่างดีระหว่างเข้าร่วมกิจกรรม ($\bar{X}$ = 4.75, S.D. = 0.64) ตามลำดับ จากการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมด สามารถสรุปผลการศึกษาดังนี้ กิจกรรมศิลปประดิษฐ์ (มาลัยช่าร่วย) สามารถส่งเสริมศักยภาพความจำของผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชรได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีพัฒนาการความสามารถในการจดจำที่ดีขึ้นอย่างชัดเจนจากการประเมินครั้งที่ 1 ($\bar{X}$ = 2.70) สู่ครั้งที่ 2 ($\bar{X}$ = 2.79) นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังมีความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}$ = 4.83)

สรุปผลการศึกษากการส่งเสริมศักยภาพความจำด้วยงานศิลปประดิษฐ์ (มาลัยช่าร่วย) ของกลุ่มผู้สูงอายุชุมชนวัดเทวราชกุญชร จำนวน 20 คน พบว่ากิจกรรมดังกล่าวสามารถส่งเสริมความสามารถในการจดจำได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยผู้สูงอายุมีศักยภาพความจำโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ "ดี" และมีพัฒนาการเชิงบวกที่เพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนจากการประเมินครั้งที่ 1 (ค่าเฉลี่ย 2.70) สู่ครั้งที่ 2 (ค่าเฉลี่ย 2.79) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการจดจำชื่อชิ้นงานและการทำกิจกรรมซ้ำได้ด้วยตนเองที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดในทั้งสองครั้ง นอกจากนี้ผลสัมฤทธิ์ด้านความจำแล้ว ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการจัดกิจกรรมในภาพรวมยังอยู่ในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.83) ซึ่งครอบคลุมความพึงพอใจในระดับมากที่สุดทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านเนื้อหาและกิจกรรมที่โดดเด่น เรื่องการนำความรู้ไปใช้ต่อ ด้านความรู้สึกละและประสบการณ์ที่เข้าร่วมรู้สึกสนุกและเพลิดเพลินกับการทำกิจกรรมสูงสุด ตลอดจนด้านการจัดกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีสถานที่เหมาะสม

การอภิปรายผล

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ มาลัยช่าร่วย แสดงศักยภาพด้านความจำอยู่ในระดับดี โดยเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการจดจำรายละเอียดของกิจกรรม ไม่ว่าจะเป็นชื่อชิ้นงาน วัสดุ อุปกรณ์ ลำดับขั้นตอนการทำงาน ไปจนถึงการอธิบายขั้นตอนตลอดจนการปฏิบัติซ้ำได้ด้วยตนเอง แสดงถึงการพัฒนาทักษะด้านความจำเชิงลำดับขั้นควบคู่กับการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม อันเป็นผลโดยตรงจากการฝึกซ้ำในกิจกรรมที่ออกแบบมาอย่างเหมาะสม ผลลัพธ์นี้อธิบายได้ด้วยทฤษฎีการบริหารสมอง (Neurobics Exercise) ของ Katz ร่วมกับ Rubin (1999) ซึ่งเป็นแนวคิดสำคัญที่สนับสนุนว่าการให้ผู้สูงอายุใช้ประสาทสัมผัสหลายส่วนพร้อมกับการใช้กล้ามเนื้อเล็กประดิษฐ์ชิ้นงาน จะช่วยกระตุ้นการเชื่อมต่อของใยประสาท (Neuroplasticity) ส่งผลให้สมองด้านความจำมีประสิทธิภาพมากขึ้น การจดจำรายละเอียดของกิจกรรม ผลลัพธ์ที่ได้สอดคล้องกับงานวิจัยของ สาริศ ศรีระวัตร (2565) ที่ศึกษาการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ด้านการจำคำศัพท์ภาษาอังกฤษโดยใช้เทคนิคการเรียนรู้แบบ Team – Game – Tournament (TGT) ร่วมกับ Blooket พบว่าผู้เรียนสามารถจดจำคำศัพท์ได้ดีขึ้น ซึ่งเห็นว่าการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่เน้นการมีส่วนร่วมพร้อมความสนุกสนานสามารถกระตุ้นความจำได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่นเดียวกับกิจกรรมศิลปประดิษฐ์ในงานวิจัยนี้ ซึ่งอาศัยหลักการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ในลักษณะเดียวกัน ส่งผลให้ผู้สูงอายุจดจำองค์ประกอบต่าง ๆ ของกิจกรรมได้อย่างชัดเจนแม่นยำ การเรียบเรียงลำดับขั้นตอนอย่างถูกต้อง สอดคล้องกับงานวิจัยของ กิตติอากร เหล่าหม่อมณี และนันทรัตน์ เครืออินทร์ (2562) ซึ่งศึกษาผลของกิจกรรมการสืบเสาะหาความรู้ที่มีต่อความสามารถใน

การคิดอย่างมีวิจารณญาณ พบว่า ผู้เรียนสามารถระบุพร้อมอธิบายขั้นตอนที่จำเป็นในกระบวนการเรียนรู้ได้ดีขึ้น แสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมที่มีลำดับขั้นตอนชัดเจนช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตลอดจนปฏิบัติตามได้อย่างเป็นระบบ สอดคล้องกับผลการวิจัยนี้ที่พบว่า ผู้สูงอายุสามารถเรียบเรียงรวมถึงจดจำขั้นตอนท่ามาลัยขำรวยได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับทฤษฎีกระบวนการประมวลข้อมูล ที่ระบุว่าการจัดระบบข้อมูลเป็นลำดับขั้นตอนที่ชัดเจน จะช่วยให้สมองเข้ารหัส ตลอดจนดึงข้อมูลกลับมาใช้ (Retrieval) ได้ง่ายขึ้น (ทิตินา แคมมณี, 2561)

การอธิบายขั้นตอนให้ผู้อื่นเข้าใจได้ ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุมีทักษะถ่ายทอดขั้นตอนการทำงานได้ชัดเจน เชื่อมโยงกับงานวิจัยของ โชคชัย ทัพทวี และคณะ (2558) ที่ศึกษาการพัฒนาทักษะการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นผ่านการปรึกษากลุ่มแบบยืดหยุ่น เป็นศูนย์กลาง แม้งานวิจัยดังกล่าวจะเน้นด้านอารมณ์ความรู้สึก แต่สะท้อนถึงความสำคัญของทักษะการสื่อสารที่เป็นระบบชัดเจน เนื่องจากการอธิบายขั้นตอนให้ผู้อื่นเข้าใจได้นั้น จำเป็นต้องอาศัยความจำเชิงกระบวนการ ที่ตกผลึกแล้ว อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการถ่ายทอดกระบวนการ โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องการฝึกฝนด้านการสื่อสารถ่ายทอดความรู้

การทำกิจกรรมซ้ำได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น แสดงถึงการพัฒนาความสามารถในการจดจำรวมถึงปฏิบัติตามด้วยความมั่นใจ สอดคล้องกับงานวิจัยของ จิตติมา คำรงวัฒนะ (2564) ที่ศึกษาการเรียนรู้เพื่อพึ่งตนเองในชุมชนบ้านศรีวัง พบว่าการจัดกิจกรรมที่เน้นความสามารถดูแลตนเองนำไปใช้ในชีวิตจริง ช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในการดำเนินชีวิตได้เช่นเดียวกับกิจกรรมในงานวิจัยนี้ ที่ช่วยให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตามกิจกรรมซ้ำด้วยตนเองอย่างมั่นใจ เกิดความภาคภูมิใจในผลงาน ผลลัพธ์ที่ได้จึงสอดคล้องกับแนวคิดรวมถึงหลักฐานเชิงประจักษ์จากงานวิจัยที่ผ่านมา ซึ่งชี้ว่ากิจกรรมที่มีโครงสร้าง มีลำดับขั้นตอน เปิดโอกาสให้ลงมือปฏิบัติจริง ส่งผลดีต่อการพัฒนาทักษะด้านความจำตลอดจนการพึ่งพาตนเอง

นอกจากนี้ เมื่อวิเคราะห์ข้อดีรวมถึงข้อจำกัดของเครื่องมือประเมินทักษะการปฏิบัติงานทั้ง 2 ครั้ง พบจุดเด่นชัดเจนคือ ผู้สูงอายุทำคะแนนส่วน การจำได้ ได้ดีที่สุดในหมวดการจดจำชื่อชิ้นงานตลอดจนการทำกิจกรรมซ้ำด้วยตนเอง ขณะที่ส่วนที่มีข้อผิดพลาดจนได้คะแนนน้อยที่สุดคือ การจำไม่ได้ ในหมวดจดจำลักษณะรายละเอียดของชิ้นงานรวมถึงลำดับขั้นตอนย่อย ผลคะแนนที่สะท้อนสิ่งที่จำได้กับสิ่งที่จำไม่ได้เหล่านี้ สามารถนำมาใช้ออกแบบเครื่องมือประเมินระดับถัดไปให้ครอบคลุมยิ่งขึ้น เช่น การแยกประเมินความจำระยะสั้น ออกจากความจำระยะยาว ตลอดจนใช้เป็นฐานข้อมูลสำคัญสำหรับออกแบบกิจกรรมที่มีความซับซ้อนเพิ่มขึ้นแบบค่อยเป็นค่อยไป จากกิจกรรมระดับง่ายไปสู่ระดับยาก เพื่อพัฒนากระตุ้นสมรรถภาพทางสมองของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องในอนาคต

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 2 เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมงานศิลปะประดิษฐ์ให้กับผู้สูงอายุในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร ผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในระดับ มากที่สุด ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านเนื้อหา กิจกรรม ด้านความรู้สึกประสบการณ์ รวมถึงด้านการจัดกิจกรรมสิ่งอำนวยความสะดวก สะท้อนให้เห็นว่าแนวทางดำเนินกิจกรรมสามารถตอบสนองความต้องการตลอดจนศักยภาพของผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี เนื้อหาและกิจกรรม ผู้สูงอายุแสดงความพึงพอใจในกิจกรรมที่มีเนื้อหาชัดเจน เหมาะสมกับวัย สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยพบว่า นำความรู้จากกิจกรรมไปใช้ได้ เข้าใจขั้นตอนการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี ผลลัพธ์เหล่านี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ภาวิณี ศิริโรจน์ (2563) เรื่องชุดผลิตภัณฑ์ศิลปประดิษฐ์เพื่อเป็นงานอดิเรกสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งพัฒนาชุดกิจกรรมที่มีใบงานอธิบายขั้นตอนอย่างเข้าใจง่าย ทำให้ผู้สูงอายุเข้าถึงพร้อมปฏิบัติตามได้อย่างมั่นใจ โดยเฉพาะการใช้วัสดุที่หาได้ง่าย มีน้ำหนักเบา เช่น ดอกไม้ประดิษฐ์หรือกระเป๋านาฬิกาเล็ก ส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกภูมิใจในผลงานตนเองอย่างแท้จริง ความรู้สึกและประสบการณ์ในการเข้าร่วม ผลประเมิน

แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุรู้สึกสนุก ผ่อนคลาย เกิดความภาคภูมิใจจากการทำกิจกรรมร่วมกัน อีกทั้งมีความสุขจากการสร้างผลงานด้วยตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ กิตตินิธิ เกตุแก้ว และโสมฉาย บุญญานันต์ (2566) เรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ โดยพบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกดีต่อกิจกรรม เพลิดเพลิน สามารถจดจำกระบวนการเรียนรู้ได้ นอกจากนี้ยังเกิดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีระหว่างกัน ทั้งในกลุ่มผู้สูงอายุเองตลอดจนลูกหลานที่เข้าร่วมกิจกรรม ส่งผลดีต่อสุขภาพจิตรวมถึงภาวะทางอารมณ์โดยรวม

ด้านการจัดกิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวก ผู้เข้าร่วมวิจัยมีความพึงพอใจต่อองค์ประกอบแวดล้อมของกิจกรรม ไม่ว่าจะเป็นสถานที่ ความพร้อมของอุปกรณ์ ตลอดจนการดูแลระหว่างกิจกรรม ซึ่งมีผลต่อความรู้สึกปลอดภัย สบายใจของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อุบลวรรณ เรือนทองดี และยุพา จิวพัฒนกุล (2565) เรื่อง การเสริมสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุโดยใช้การมีส่วนร่วมของชุมชนเป็นฐาน พบว่า การจัดกิจกรรมซึ่งผู้สูงอายุมีบทบาทร่วมวางแผนรวมถึงมีส่วนร่วมในกระบวนการ เช่น การเล่นเกม การวาดภาพ หรือกิจกรรมสร้างสรรค์ต่าง ๆ ช่วยส่งเสริมกิจกรรมทางกายควบคู่กับปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อันเป็นปัจจัยสำคัญต่อสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ ด้านการอำนวยความสะดวก สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธีรณัฐ อาภาจรัส และคณะ (2565) วิจัยเรื่อง การพัฒนามาตรฐานการจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ พบว่า การปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในที่อยู่อาศัยรวมถึงพื้นที่สาธารณะมีความจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะการจัดให้มีราวจับในห้องน้ำ พื้นที่ทางเดินเรียบเสมอกัน ตลอดจนแสงสว่างเพียงพอ เพื่อลดความเสี่ยงการหกล้มซึ่งเป็นอุบัติเหตุพบบ่อยในผู้สูงอายุ การปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกเหล่านี้ในพื้นที่ชุมชนวัดเทวราชกุญชร มีความสอดคล้องสัมพันธ์กับการจัดกิจกรรมวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างมาก เนื่องจากการที่ผู้วิจัยจัดเตรียมพื้นที่ให้มีแสงสว่างเพียงพอต่อการมองเห็นขึ้นงานที่ต้องใช้สายตา รวมไปถึงเลือกสถานที่จัดกิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าถึงง่าย ปลอดภัย จะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการทำกิจกรรมคลายความกังวล ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในระดับสูงสุด แสดงให้เห็นว่า การออกแบบตลอดจนดำเนินกิจกรรมศิลปะประดิษฐ์ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ทั้งด้านเนื้อหา รูปแบบ ความรู้สึก บริบทการจัดกิจกรรม

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่องการส่งเสริมศักยภาพความจำด้วยงานศิลปประดิษฐ์ของกลุ่มผู้สูงอายุชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร ได้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี โดยได้รับการสนับสนุนจากหลายภาคส่วน ซึ่งขอขอบพระคุณอย่างสูง ดังนี้

ขอขอบคุณทุนสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินโครงการจากเงินกองทุนวิจัย พ.ศ. 2567 ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้โครงการนี้สามารถดำเนินไปได้อย่างราบรื่น และมีประสิทธิภาพ

ขอขอบคุณประธานชุมชน สมาชิกในชุมชนวัดเทวราชกุญชร กรุงเทพมหานคร ที่ให้การสนับสนุน ร่วมมือในการดำเนินโครงการตั้งแต่เริ่มต้นจนสำเร็จ พร้อมทั้งให้การต้อนรับเปิดโอกาสให้การวิจัยนี้ได้ดำเนินการในชุมชน

ขอขอบคุณคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ที่เอื้ออำนวยความสะดวกด้านพื้นที่ในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ รวมถึงมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครที่สนับสนุนทั้งด้านวิชาการ และทรัพยากร ในการทำวิจัย

เอกสารอ้างอิง

- กนกวรรณ ทองคำสิง. (2564). คหกรรมศาสตร์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ. *Journal of Roi Kaensam Academi*, 6(12), 369–386.
- กิตติสาร เหล่าเหมมณี, และ นันทรัตน์ เครืออินทร์. (2562). การเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจและความสามารถในการคิดอย่างมี
 วิจารณญาณที่บูรณาการกับทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้วิธีการสืบเสาะหา
 ความรู้ทางวิทยาศาสตร์. *วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย*, 11(1), 270–287.
- กิตต์นิธิ เกตุแก้ว และโสมฉาย บุญญานันต์. (2566). การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับ
 ผู้สูงอายุ. *วารสารวิจัยวิชาการ*, 6(2), 305–322.
- กรมสุขภาพจิต. (2563, 1 ตุลาคม). 93 วันสู่สังคม “คนชรา” 5 จังหวัด? คนแก่เยอะสุด-น้อยสุด.
<https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30453>
- จารุวรรณ ก้านศรี, ธงสินธุ์ สุนทรไชยา, นภัทร เตียอนุกุล, ภพรวิดี ศรีนวล, นภัสสร ยอดทองดี, และ เกรียงศักดิ์ ยศพิมพ์. (2560).
 ผลของโปรแกรมการฝึกความจำด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อความสามารถในการจำของผู้สูงอายุที่มีความจำบกพร่องเล็กน้อย.
พยาบาลสาร, 44(พิเศษ 2), 12–21.
- จิตติมา ดำรงวัฒนะ. (2564). การสร้างฐานกิจกรรมการเรียนรู้ด้านการพึ่งตนเองในชุมชนบ้านศรีวังเพื่อเข้าสู่ทเรียนรายวิชาปรัชญาของ
 เศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาชุมชน. *วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ*, 6(8), 14–28.
- โชคชัย ทัพทวี, วรากร ทรัพย์วิระประณ และอนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2558). การเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษา
 กลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด. *วารสารศึกษาศาสตร์*,
 26(2), 130–144.
- ณิรุษ อภาจารัส, อุไรพร ถินสถิตย์, ปาริชาติ จันทนาการ, พรนิภาญจน วังกุ่ม, กัลยลักษณ์ ทับทิมใส, อีระ ศุภอุดมผล และวรุทธ นาคอ้าย.
 (2565). การพัฒนามาตรฐานการจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ. *วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 16(1), 1–12.
- ทิตนา แหมมณี. (2561). *ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 22). สำนักพิมพ์
 แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไทยพีบีเอส. (2567, 9 ตุลาคม). น้ำเจ้าพระยาเพิ่มสูง เอ่อท่วมชุมชนวัดเทวราชกุญชร กทม.
<https://www.thaipbs.or.th/news/content/345137>
- บุญชม ศรีสะอาด. (2556). *วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย เล่ม 1* (พิมพ์ครั้งที่ 5). สุวีริยาสาส์น.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์* (พิมพ์ครั้งที่ 7). สำนักทดสอบทางการศึกษาและ
 จิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ภาวิณี ศิริโรจน์. (2563). *ชุดผลิตภัณฑ์ศิลปะประดิษฐ์เพื่อเป็นงานอดิเรกสำหรับผู้สูงอายุ* (รายงานการวิจัย). มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2561). *รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2560*. คณะกรรมการผู้สูงอายุ
 แห่งชาติ, กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- รินดา เจวประเสริฐพันธุ์. (2563). ผลของโปรแกรมกระตุ้นการรู้คิดในผู้สูงอายุที่มีภาวะการรู้คิดบกพร่องเล็กน้อย. *พุทธชินราชเวชสาร*,
 37(2), 217–225.

- สาริต ศิริระวัตร. (2565). การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ด้านการจำคำศัพท์ภาษาอังกฤษด้วยเทคนิคการเรียนรู้แบบ *Team-Game-Tournament (TGT)* ร่วมกับ *Blooket* ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลพิจิตร [การค้นคว้าอิสระ ปริญญาโทบัณฑิต], มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- อุบลวรรณ เรือนทองดี และยุพา จิวพัฒนกุล. (2565). การเสริมสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุโดยใช้การมีส่วนร่วมของชุมชนเป็นฐาน. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 23(1), 274–282.
- Katz, L. C, & Rubin, M. (1999). *Keep your brain alive: 83 neurobic exercises to help prevent memory loss and increase mental fitness*. Workman Publishing.