

พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของผู้สูงอายุ

สิริกาญจน์ นาเทพ*,* ณัฐวรา อ้นมัน* และหทัยชนก อภิโกมลกร*

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันของผู้สูงอายุในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ผู้ร่วมวิจัยเป็นผู้สูงอายุจำนวน 86 คน แบ่งเป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในชนบท จำนวน 31 คน และอาศัยอยู่ในตัวเมืองจำนวน 55 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ โดยใช้แบบสำรวจการใช้แอปพลิเคชันในสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ผลการศึกษาพบว่า แอปพลิเคชันที่ผู้สูงอายุที่อาศัยในชนบทและในเมืองใช้ในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูง 3 อันดับแรก คือ โทรศัพท์ (ร้อยละ 74.2; 100.0) Line (ร้อยละ 61.3; 100.0) Facebook (ร้อยละ 38.7; 89.1) โดยกิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่ผู้สูงอายุในชนบททำผ่านแอปพลิเคชันมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ การใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือในการติดต่อสื่อสาร การดูแลผู้อื่น และการจัดการด้านการเงิน ส่วนกิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเมืองทำผ่านแอปพลิเคชันมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ การใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือในการติดต่อสื่อสาร การเลือกซื้อสินค้า และการจัดการการเงิน ส่วนกิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่ผู้สูงอายุในชนบทไม่ได้ทำผ่านการใช้แอปพลิเคชันมี 3 กิจกรรม คือ การได้มาและการดูแลรักษาสภาพบ้านและสิ่งแวดล้อมรอบๆที่อยู่อาศัย กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนา-จิตวิญญาณ ความเชื่อพื้นฐานส่วนบุคคล และการตอบสนองต่อภาวะฉุกเฉิน ในขณะที่ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเมืองไม่ได้ทำผ่านการใช้แอปพลิเคชันมีเพียงกิจกรรมเดียว คือ การตอบสนองต่อภาวะฉุกเฉิน จากผลการศึกษาจะเห็นว่าปัจจุบัน ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มมีการใช้แอปพลิเคชันในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูง แม้ว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเมืองจะมีการใช้งานที่มากกว่าทั้งอัตราการใช้ ความหลากหลายของแอปพลิเคชันและกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ดังนั้นการส่งเสริมการใช้แอปพลิเคชันเพื่อทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงในผู้สูงอายุจะเป็นทางเลือกหนึ่งในการคงความสามารถในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ และยังช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้ด้วยตนเองอย่างอิสระ



บทนำ

ปัจจุบันนี้การพัฒนาระบบเทคโนโลยีและระบบอินเทอร์เน็ตได้พัฒนาเป็นอย่างมาก ทำให้เทคโนโลยีเหล่านี้กลายเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตในทุกด้าน สมาร์ทโฟน (Smart phone) เป็นอุปกรณ์สื่อสารที่มีบทบาทอย่างมากในการทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูง เนื่องจากมีหลายแอปพลิเคชันที่สามารถนำมาใช้งานที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันได้ ตัวอย่างเช่น แอปพลิเคชัน Mobile banking สามารถใช้ในการจัดการธุรกรรมทางการเงิน (Financial management), แอปพลิเคชัน Facebook ใช้ในการติดต่อสื่อสารเป็นกลุ่มสามารถพูดคุย ส่งรูป จึงสามารถใช้ในการดูแลบุตรหลาน หรือผู้สูงอายุ (Care of others), แอปพลิเคชัน Lazada เป็นช่องทางการซื้อขายสินค้าออนไลน์ (Shopping), แอปพลิเคชัน BeNeat ใช้ในการจำแนกบ้านมาทำความสะอาด (Home establishment and management), แอปพลิเคชัน Google map ใช้ในการวางแผนการเดินทาง เป็นต้น ซึ่งแอปพลิเคชันในสมาร์ทโฟนทำให้มีวิธีการที่จะทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงในรูปแบบที่ต่างออกไป น่าจะทำให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมประจำวันได้สะดวกมากขึ้น หรือเป็นตัวช่วยในการคงความสามารถของผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูง

งานวิจัยในอดีตได้แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่ในชุมชนส่วนใหญ่ทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงเอง แม้ว่าจะอาศัยอยู่ร่วมกับลูกหลาน^(1,2,3) และผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงได้น้อยลงเมื่ออายุมากขึ้น เช่น การสำรวจประชากรผู้สูงอายุในประเทศสเปน พบว่า ผู้สูงอายุ ร้อยละ 35.1 มีอัตราการทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงลดลง โดยกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีปัญหามากที่สุด คือ การทำความสะอาดบ้าน ร้อยละ 34 รองลงมาคือ การเลือกและหาซื้อสินค้า ร้อยละ 14.6⁽⁴⁾ และปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงได้ลดลง ได้แก่ เพศ (หญิง) อายุมาก ระดับการศึกษาต่ำ มีรายได้น้อย และอาศัยอยู่ในชนบท⁽⁵⁾ อย่างไรก็ตาม การเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีในปัจจุบันทำให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงได้ง่ายมากยิ่งขึ้น ทำให้ง่ายต่อการใช้งาน เพราะฉะนั้นจึงน่าสนใจว่าผู้สูงอายุที่ทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงได้ด้วยตนเองนั้น ทำโดยวิธีการใด แล้วมีผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันในการทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงหรือไม่

วิธีการศึกษา

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการใช้แอปพลิเคชันในการทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชนบทและในเมือง ทำการสำรวจที่ ตำบลบ้านเหล่า อำเภอสองเม่น จังหวัดแพร่ และ อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย เก็บข้อมูลในช่วงปี มกราคม 2563 – มีนาคม 2564 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ได้ผู้ร่วมวิจัยเป็นผู้สูงอายุที่อาศัยในชนบทจำนวน 31 คน และผู้สูงอายุที่อาศัยในเมืองจำนวน 55 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ 1) อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป 2) มีสมาร์ทโฟนเป็นของตนเอง และ 3) ยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ตามแบบสอบถาม



เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ คือแบบสำรวจการใช้แอปพลิเคชันในสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุที่ใช้ในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดของการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของสมาคมนักกิจกรรมบำบัดอเมริกัน (AOTA, 2014) จากนั้นได้ส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญด้านกิจวัตรประจำวัน 3 ท่านพิจารณา โดยในแต่ละหัวข้อจะต้องมีผู้ทรงคุณวุฒิเห็นตรงกันว่าใช้ได้อย่างน้อย 2 ใน 3 จึงจะผ่านการพิจารณา เมื่อแบบสอบถามผ่านเกณฑ์ดังกล่าวจึงเก็บข้อมูลและใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistic) ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษา

การสำรวจพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของผู้สูงอายุที่อาศัยในชนบทและในเมืองนี้มีผู้สูงอายุเข้าร่วมงานวิจัย 86 คน แบ่งเป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชนบท 31 คน และผู้สูงอายุที่อาศัยในเมือง จำนวน 55 คน มีลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ (n=86)

ข้อมูลทั่วไป	ชนบท (n=31) จำนวนคน (ร้อยละ)	เมือง (n=55) จำนวนคน (ร้อยละ)
เพศ		
ชาย	8 (25.8)	25 (45.5)
หญิง	23 (74.2)	30 (54.5)
อายุ (ปี)		
60-64	6 (19.4)	55 (100.0)
65-69	10 (32.2)	-
70-74	6 (19.4)	-
75-79	6 (19.4)	-
80 ปีขึ้นไป	3 (9.6)	-
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	17 (54.8)	-
มัธยมต้น	5 (16.1)	-
มัธยมปลาย	4 (12.9)	-
ปริญญาตรี	3 (9.7)	32 (58.1)
สูงกว่าปริญญาตรี	2 (6.5)	23 (41.9)



ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ชนบท (n=31) จำนวนคน (ร้อยละ)	เมือง (n=55) จำนวนคน (ร้อยละ)
รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า 5,000 บาท	20 (64.5)	1 (1.8)
5,000-10,000 บาท	5 (16.1)	3 (5.5)
10,001-15,000 บาท	1 (3.2)	4 (7.3)
15,001-20,000 บาท	-	6 (10.9)
20,001-25,000 บาท	-	5 (9.1)
30,000 บาทขึ้นไป	5 (16.1)	36 (65.4)
ระยะเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนต่อวัน		
ต่ำกว่า 1 ชั่วโมง	18 (58.1)	2 (3.6)
1-3 ชั่วโมง	13 (41.9)	32 (58.2)
4-6 ชั่วโมง	-	11 (20.0)
มากกว่า 6 ชั่วโมง	-	10 (18.2)
ระยะเวลาในการใช้สมาร์ทโฟน (ปี)		
ต่ำกว่า 1 ปี	3 (9.7)	-
1-3 ปี	9 (29.0)	6 (10.9)
3-6 ปี	8 (25.8)	12 (21.8)
มากกว่า 6 ปี	11 (35.5)	37 (67.3)

จากตารางที่ 1 จะเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในเมืองมีสัดส่วนเพศชายและหญิงใกล้เคียงกัน ในขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในชนบทส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยในเมืองมีอายุน้อยกว่า ระดับการศึกษาและรายได้โดยเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มที่อยู่ในชนบท นอกจากนี้ยังใช้สมาร์ทโฟนมานานกว่าและมีจำนวนใช้งานต่อวันมากกว่าด้วย

จากผลการสำรวจ พบว่าแอปพลิเคชันที่ผู้สูงอายุที่อาศัยในชนบทและในเมืองใช้ในการทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูง 3 อันดับแรก คือ โทรศัพท์ (ร้อยละ 74.2; 100.0) Line (ร้อยละ 61.3; 100.0) Facebook (ร้อยละ 38.7; 89.1) ซึ่งนอกจากจะใช้เป็นเครื่องมือติดต่อสื่อสารเป็นหลักแล้ว ที่น่าสนใจก็คือนักผู้สูงอายุจำนวนไม่น้อยใช้แอปพลิเคชันโซเชียลมีเดียอย่าง Facebook และ Line ในการติดต่อสื่อสาร และใช้ในการทำกิจกรรมประจำวันขึ้นสูงอื่น ๆ เช่น การดูแลสุขภาพ การดูแลสุขภาพ การซื้อของ ซึ่งความถี่และร้อยละของความถี่ของการใช้งานแอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมประจำวันขึ้นสูง 12 ด้านของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม จะแสดงในตารางที่ 2 และ 3

ตารางที่ 2 ความถี่และร้อยละของความถี่ของการใช้งานแอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับกิจวัตรประจำวัน
ชั้นสูง 12 ด้าน ใน 2 เดือนที่ผ่านมาของกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในชนบท (n=31)

ด้านที่กิจวัตรประจำวันชั้นสูง		ความถี่ของการใช้งานใน 2 เดือนที่ผ่านมา				
		ทุกวัน n (%)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	4-6 ครั้ง/ เดือน n (%)	1-3 ครั้ง/ เดือน n (%)
1	การใช้อุปกรณ์หรือ เครื่องมือในการ ติดต่อสื่อสาร					
	- โทรศัพท์	23 (74.2)	15 (48.44)	4 (12.9)	-	-
	- Line	19 (61.3)	17 (54.8)	1 (3.2)	-	-
	- Facebook	12 (38.7)	9 (29.0)	2 (6.5)	-	-
	- Gmail	1 (3.2)	1 (3.2)	-	-	-
	- อสม. ออนไลน์	1 (3.2)	1 (3.2)	-	-	-
2	การดูแลผู้อื่น					
	- Line	4 (12.9)	3 (9.7)	1 (3.2)	-	-
	- Facebook	1 (3.2)	1 (3.2)	-	-	-
	- อสม. ออนไลน์	1 (3.2)	1 (3.2)	-	-	-
3	การจัดการด้านการเงิน					
	- NEXT	3 (9.7)	-	-	2 (6.5)	1 (3.2)
	- A-mobile	1 (3.2)	-	-	-	1 (3.2)



ตารางที่ 3 (ต่อ)

ด้านที่กิจกรรมประจำวันชั้นสูง		ความถี่ของการใช้งานใน 2 เดือนที่ผ่านมา				
		ทุกวัน n (%)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	4-6 ครั้ง/ เดือน n (%)	1-3 ครั้ง/ เดือน n (%)
4	การจัดการและ การดูแลสุขภาพ - YouTube - Facebook - G-step	2 (6.5) 1 (3.2) 1 (3.2)	- 1 (3.2) -	1 (3.2) - -	1 (3.2) - 1 (3.2)	- - -
5	การเดินทางไปในที่ ต่าง ๆ ในชุมชน - Map	3 (9.7)	-	-	1 (3.2)	2 (6.5)
6	การเลือกซื้อสินค้า - Facebook - Line	2 (6.5) 1 (3.2)	2 (6.5) 1 (3.2)	- -	- -	- -
7	การดูแลเด็ก - Line - Facebook	1 (3.2) 1 (3.2)	1 (3.2) 1 (3.2)	- -	- -	- -
8	การดูแลสัตว์เลี้ยง - Facebook	1 (3.2)	1 (3.2)	-	-	-
9	การเตรียมการ ประกอบอาหาร และทำความสะอาด - Facebook	1 (3.2)	1 (3.2)	-	-	-



ตารางที่ 3 (ต่อ)

ด้านที่	กิจกรรมประจำวันขั้นสูง	ความถี่ของการใช้งานใน 2 เดือนที่ผ่านมา				
		ทุกวัน n (%)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	4-6 ครั้ง/ เดือน n (%)	1-3 ครั้ง/ เดือน n (%)
10	กิจกรรมที่เกี่ยวข้อง กับศาสนา-จิตวิญญาณ ความเชื่อพื้นฐานส่วนบุคคล	-	-	-	-	-
11	การได้มาและการดูแล รักษาสภาพบ้านและ สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ที่ อยู่อาศัย	-	-	-	-	-
12	การตอบสนองต่อ ภาวะฉุกเฉิน	-	-	-	-	-

หมายเหตุ ผู้สูงอายุ 1 คน อาจมีการใช้แอปพลิเคชันมากกว่า 1 แอปพลิเคชัน



ตารางที่ 3 ความถี่และร้อยละของความถี่ของการใช้งานแอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมประจำวันขั้นสูง 12 ด้าน ใน 2 เดือนที่ผ่านมาของกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในเมือง (n=55)

ด้านที่กิจกรรมประจำวันขั้นสูง		ความถี่ของการใช้งานใน 2 เดือนที่ผ่านมา				
		ทุกวัน n (%)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	4-6 ครั้ง/ เดือน n (%)	1-3 ครั้ง/ เดือน n (%)
1	การใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือในการติดต่อสื่อสาร					
	- โทรศัพท์	39 (70.1)	11 (20.0)	5 (9.1)	-	-
	- Line	43 (78.2)	10 (18.2)	2 (3.6)	-	-
	- Facebook	33 (60.0)	9 (16.4)	6 (10.9)	-	1 (1.8)
	- Messenger	6 (10.9)	1 (1.8)	1 (1.8)	1 (1.8)	2 (3.6)
	- Instagram	3 (5.5)	-	1 (1.8)	-	-
	- Gmail	-	-	-	-	2 (3.6)
2	การเลือกซื้อสินค้า					
	- Facebook	17 (30.1)	6 (10.9)	2 (3.6)	-	1 (1.8)
	- Line	4 (7.3)	2 (3.6)	-	-	-
	- Lazada	-	-	2 (3.6)	1 (1.8)	1 (1.8)
	- Messenger	-	1 (1.8)	1 (1.8)	1 (1.8)	-
	- 7 Delivery	-	-	3 (5.5)	-	-
3	การจัดการด้านการเงิน					
	- NEXT	1 (1.8)	6 (10.9)	4 (7.3)	-	5 (9.1)
	- เป๋าตัง	4 (7.3)	5 (9.1)	6 (10.9)	-	-
	- K PLUS	-	1 (1.8)	-	2 (3.6)	-
	- SCB EASY	-	1 (1.8)	-	-	-

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ด้านที่กิจกรรมประจำวันขั้นสูง		ความถี่ของการใช้งานใน 2 เดือนที่ผ่านมา				
		ทุกวัน n (%)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	4-6 ครั้ง/ เดือน n (%)	1-3 ครั้ง/ เดือน n (%)
4	การจัดการและ การดูแลสุขภาพ					
	- Facebook	9 (16.4)	1 (1.8)	2 (3.6)	-	-
	- YouTube	2 (3.6)	4 (7.3)	-	-	-
	- Line	1 (1.8)	1 (1.8)	-	-	-
	- AirVisual	-	1 (1.8)	-	-	-
5	การเดินทางไปในที่ ต่าง ๆ ในชุมชน	-	2 (3.6)	1 (1.8)	2 (3.6)	2 (3.6)
	- Facebook	-	-	1 (1.8)	2 (3.6)	1 (1.8)
	- Map	-	-	1 (1.8)	1 (1.8)	-
	- Google map	-	1 (1.8)	-	-	-
	- Line	-	-	-	-	-
6	การเตรียมการ ประกอบอาหาร และทำความสะอาด					
	- Facebook	3 (5.5)	1 (1.8)	-	2 (3.6)	-
	- YouTube	1 (1.8)	2 (3.6)	-	-	-
	- 7 Delivery	-	-	1 (1.8)	-	-
7	การดูแลผู้อื่น					
	- Line	5 (9.1)	-	-	-	-
	- Facebook	3 (5.5)	-	-	-	-
	- Instagram	1 (1.8)	-	-	-	-



ตารางที่ 3 (ต่อ)

ด้านที่กิจกรรมประจำวันขึ้นสูง		ความถี่ของการใช้งานใน 2 เดือนที่ผ่านมา				
		ทุกวัน n (%)	4-6 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	1-3 ครั้ง/ สัปดาห์ n (%)	4-6 ครั้ง/ เดือน n (%)	1-3 ครั้ง/ เดือน n (%)
8	กิจกรรมที่เกี่ยวข้อง กับศาสนา-จิตวิญญาณ ความเชื่อพื้นฐานส่วนบุคคล - Facebook - YouTube	2 (3.6) 1 (1.8)	2 (3.6) 2 (3.6)	- -	1 (1.8) -	- -
9	การได้มาและการดูแล รักษาสภาพบ้านและ สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ที่ อยู่อาศัย - Facebook	2 (3.6)	1 (1.8)	3 (5.5)	-	1 (1.8)
10	การดูแลสัตว์เลี้ยง - Facebook - Line - YouTube	3 (5.5) 1 (1.8) -	- - 1 (1.8)	- - -	- - -	- - -
11	การดูแลเด็ก - Line - Facebook	2 (3.6) 1 (1.8)	- -	- -	- -	- -
12	การตอบสนองต่อ ภาวะฉุกเฉิน	-	-	-	-	-

หมายเหตุ ผู้สูงอายุ 1 คน อาจมีการใช้แอปพลิเคชันมากกว่า 1 แอปพลิเคชัน

จากตารางที่ 2 และ 3 แสดงให้เห็นว่ากิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่ผู้สูงอายุในชนบททำผ่านแอปพลิเคชันมากที่สุดเป็นอันดับแรก คือ การใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือในการติดต่อสื่อสาร ซึ่งประมาณสามในสี่ของกลุ่มตัวอย่างมีการใช้งานทุกวัน และนอกจากสื่อสารด้วยโทรศัพท์แล้ว ยังมีการใช้แอปพลิเคชัน facebook และ Line ในการสื่อสารด้วยข้อความ รูปภาพ โทرفรีและวิดีโอคอลอีกด้วย กิจวัตรประจำวันที่กลุ่มตัวอย่างทำผ่านแอปพลิเคชันเป็นอันดับสอง ได้แก่ การดูแลผู้อื่น สำหรับการดูแลผู้อื่นนี้ กลุ่มตัวอย่างในชนบทใช้ Line มากกว่าแอปพลิเคชันอื่น และ ร้อยละ 12.9 ของกลุ่มตัวอย่างรายงานว่าใช้ Line ในการดูแลผู้อื่นทุกวัน และกิจวัตรประจำวันที่กลุ่มตัวอย่างนี้ทำผ่านแอปพลิเคชันเป็นอันดับสามคือ การจัดการด้านการเงิน มีกลุ่มตัวอย่างประมาณ ร้อยละ 10 จัดการการเงินผ่านแอปพลิเคชันทุกวัน

ส่วนกิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเมืองทำผ่านแอปพลิเคชันมากที่สุดเป็นอันดับแรก คือ การใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือในการติดต่อสื่อสาร โดยกลุ่มตัวอย่างกว่าร้อยละ 80 มีการใช้งานทุกวัน แม้ว่าแอปพลิเคชันที่ใช้มากที่สุดสามอันดับแรกจะเหมือนกับกลุ่มตัวอย่างในชนบท และมีรูปแบบการสื่อสารที่คล้ายกัน คือ สื่อสารผ่านข้อความ โทรศัพท์และวิดีโอคอล แต่ผู้สูงอายุที่อยู่ในเมืองมีการใช้แอปพลิเคชันที่หลากหลายกว่า เช่นมีการใช้ Instagram เพิ่มขึ้น กิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่กลุ่มตัวอย่างในเมืองทำผ่านแอปพลิเคชันเป็นอันดับสอง คือ การเลือกซื้อสินค้า ประมาณหนึ่งในสามของกลุ่มตัวอย่างรายงานว่ามีการใช้แอปพลิเคชันเพื่อเลือกซื้อสินค้าทุกวัน และกิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่กลุ่มตัวอย่างทำผ่านแอปพลิเคชันเป็นอันดับที่ 3 คือ การจัดการด้านการเงิน กลุ่มตัวอย่างนี้ส่วนใหญ่จะใช้แอปพลิเคชันในการจัดการด้านการเงิน 4-6 ครั้งต่อสัปดาห์ แต่แอปพลิเคชันที่ใช้มีความหลากหลายมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในชนบท

นอกจากนี้ กิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่ผู้สูงอายุในชนบทไม่ได้ทำผ่านการใช้แอปพลิเคชันมี 3 กิจกรรม คือ การได้มาและการดูแลรักษาสุขภาพบ้านและสิ่งแวดล้อมรอบๆ ที่อยู่อาศัย กิจกรรมที่เกี่ยวกับศาสนา-จิตวิญญาณ ความเชื่อพื้นฐานส่วนบุคคล และการตอบสนองต่อภาวะฉุกเฉิน ในขณะที่ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเมืองไม่ได้ทำผ่านการใช้แอปพลิเคชันมีเพียงกิจกรรมเดียว คือ การตอบสนองต่อภาวะฉุกเฉิน

บทวิจารณ์

จากผลการศึกษาจะเห็นว่า ผู้สูงอายุไทยมีการใช้แอปพลิเคชันในการทำกิจวัตรประจำวันทั้งกลุ่มที่อาศัยอยู่ในชนบทและอาศัยอยู่ในเมือง โทรศัพท์ซึ่งเดิมเป็นเพียงเครื่องมือสื่อสาร ปัจจุบันการพัฒนาเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว ทำให้โทรศัพท์ได้กลายเป็นสมาร์ทโฟนและมีบทบาทในชีวิตประจำวันของคนเรามากขึ้น ผลการสำรวจที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มสามารถเข้าถึงและใช้แอปพลิเคชันต่างๆ ในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงนี้ สอดคล้องกับรายงานสถิติการใช้โทรศัพท์ของผู้สูงอายุในประเทศไทยที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น⁽⁵⁾ อย่างไรก็ตาม

พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองมีความแตกต่างในแง่ของความหลากหลายของแอปพลิเคชัน และประเภทกิจกรรมประจำวันที่ทำผ่านแอปพลิเคชัน ซึ่งอาจมาจากหลายสาเหตุ สาเหตุแรกคือความสามารถในการเข้าถึง จะเห็นว่า แอปพลิเคชันที่ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเมืองใช้แต่ผู้สูงอายุที่อยู่ในชนบทไม่ใช่ เช่น Instagram, AirVisual, 7-Delivery มักจะเป็นแอปพลิเคชันที่ไม่ได้ติดตั้งมากับโทรศัพท์ ผู้ที่ต้องการใช้งานต้องติดตั้งเอง กลุ่มตัวอย่างในชนบทที่มีข้อจำกัดด้านการศึกษาอาจมีปัญหาในการเข้าถึงแอปพลิเคชันเหล่านี้ สาเหตุที่สองคือการส่งเสริมการใช้แอปพลิเคชัน เช่น แอปพลิเคชันประเภท mobile banking หรือ wallet จากตารางที่ 2 และ 3 จะเห็นว่าผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มจะใช้ mobile banking ของธนาคารที่ตนเองใช้บริการ ซึ่งน่าจะได้รับคำแนะนำ และการส่งเสริมการใช้จากธนาคาร ส่วนการใช้แอปพลิเคชันเป่าตังนั้น แม้ว่าจะมีการส่งเสริมจากรัฐบาล แต่เนื่องจากการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในชนบทนั้นทำในช่วงต้นปี 2563 ซึ่งโครงการคนละครึ่งเฟสแรก ยังไม่ได้เริ่ม ทำให้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ไม่มีใครแอปพลิเคชันนี้เลย สาม ความจำเป็นในการใช้งาน จะเห็นได้จากข้อมูลในกลุ่มของแอปพลิเคชันที่มีผู้ใช้งานน้อย แต่มีการใช้งานอย่างสม่ำเสมอ แม้ว่าจะมีความยุ่งยากในการใช้งาน เช่น Lazada และ 7 Delivery ผู้ที่ใช้แอปพลิเคชันเหล่านี้จะใช้ในการซื้อสินค้าออนไลน์ 1-3 ครั้ง/สัปดาห์, K PLUS และ SCB EASY การจัดการด้านการเงินที่มีการใช้สม่ำเสมอทุกเดือนแต่ไม่มีความจำเป็นต้องใช้งานทุกวัน และ AirVisual ใช้ในการบอกค่าฝุ่น PM 2.5 ในสถานที่ต่างๆ ทั่วโลก มีการใช้งาน 4-6 ครั้ง/สัปดาห์

สำหรับประเภทของกิจกรรมประจำวันขั้นสูงที่ทำผ่านแอปพลิเคชันนั้น กิจกรรมประจำวันขั้นสูงที่ทำผ่านแอปพลิเคชันมากที่สุดเป็นอันดับแรกของทั้งสองกลุ่ม คือ การใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือในการติดต่อสื่อสาร ซึ่งจะใช้ผ่านแอปพลิเคชันโทรศัพท์ Facebook และ Line เป็นส่วนใหญ่ จากแอปพลิเคชันที่กล่าวมา ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุ จะใช้ในการติดต่อสื่อสารกับลูกหลาน เพื่อนวัยเดียวกัน เพื่อนจากที่ทำงานก่อนการเกษียณอายุราชการ และใช้ในการพูดคุยสื่อสารกันในกลุ่มของข้าราชการเกษียณอายุ ชมรมหรือโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้เกิดความสะดวกสบาย ต่อการติดต่อสื่อสารและการรับส่งข้อมูล สอดคล้องกับงานวิจัยของฐิตินันท์ ผิวนิล (2559) พบว่า มีการใช้งานสมาร์ทโฟนเพิ่มขึ้นร้อยละ 27.8 และเนื่องจากสมาร์ทโฟนเป็นอุปกรณ์หลักในด้านการติดต่อสื่อสาร เพราะฉะนั้น ผู้สูงอายุจึงใช้แอปพลิเคชันในด้านนี้เป็นจำนวนมาก

สำหรับกิจกรรมประจำวันขั้นสูงที่ทำผ่านแอปพลิเคชันมากที่สุดเป็นอันดับสอง จะเห็นว่าทั้งสองกลุ่มมีความแตกต่างกันที่ กลุ่มที่อาศัยอยู่ในเมืองจะใช้ในการเลือกซื้อของเป็นอันดับสอง แต่กลุ่มที่อยู่ในชนบทจะใช้ในการดูแลผู้อื่นมากกว่า เนื่องจากการเก็บข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มมีระยะเวลาห่างกัน กลุ่มที่อาศัยอยู่ในเมืองจะเก็บข้อมูลในช่วงปลายปี 63 ถึงต้นปี 64 จึงอาจเป็นไปได้ว่าพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันเพื่อเลือกซื้อของของกลุ่มที่อาศัยอยู่ในเมืองเพิ่มขึ้นเนื่องจากการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (Covid-19) ทำให้การออกไปซื้อสินค้าด้วยตนเองที่ร้านค้าหรือห้างสรรพสินค้านั้นลำบากมากยิ่งขึ้น เนื่องจากต้องมีการเว้นระยะห่าง ทำให้มีผู้สูงอายุ

บางส่วนเลือกการซื้อสินค้าผ่านแอปพลิเคชัน ทำให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมการเลือกซื้อของได้ง่าย และสะดวกมากขึ้น มีความน่าสนใจว่าถ้ามาตรการการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (Covid-19) กลับสู่ภาวะปกติ หลังจากที่คนในประเทศได้รับวัคซีนจนกระทั่งมีภูมิคุ้มกันแล้ว การใช้แอปพลิเคชันเพื่อการเลือกซื้อสินค้าจะยังคงอยู่หรือไม่ อย่างไรก็ตามมีผู้สูงอายุบางกลุ่มที่ไม่ได้ใช้แอปพลิเคชันในการเลือกซื้อสินค้า เนื่องจากสามารถเลือกซื้อสินค้าตามร้านขายของชำ หรือห้างสรรพสินค้าได้

การจัดการด้านการเงินเป็นกิจวัตรประจำวันขั้นสูงที่ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มทำผ่านแอปพลิเคชันมากที่สุดเป็นอันดับ 3 จะเห็นว่า แอปพลิเคชัน Next เป็นแอปพลิเคชันที่ใช้มากเป็นอันดับหนึ่งในทั้งสองกลุ่ม อาจเนื่องมาจากกลุ่มผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มต้องรับเงินจากรัฐบาลผ่านธนาคารกรุงไทย ไม่ว่าจะเป็นเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เงินบำนาญ หรือได้รับเงินเยียวยาจากการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา แต่ยังมีผู้สูงอายุบางกลุ่มที่ใช้แอปพลิเคชันในการวางแผนการออมเงินระยะยาว โดยฝากประจำผ่านธนาคารต่าง ๆ และมีการลงทุนในรูปแบบของกองทุนรวมอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับรายงานของ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2561) ที่กล่าวว่า การใช้โทรศัพท์มือถือที่นอกเหนือจากการใช้โทรออกและรับสายเข้าเป็นหลักแล้ว ผู้สูงอายุยังใช้บริการ Mobile Banking คิดเป็นร้อยละ 7.3

อีกประเด็นที่น่าสนใจในงานวิจัยนี้ คือ ไม่มีผู้สูงอายุใช้แอปพลิเคชันที่เกี่ยวข้องกับกิจวัตรประจำวันขั้นสูงในทั้งสองกลุ่ม อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุไม่ทราบว่าแอปพลิเคชันนั้นๆ อยู่ หรือแอปพลิเคชันใช้งานยากเกินไป รวมไปถึงไม่มีความจำเป็นที่ต้องใช้งาน ซึ่งน่าสนใจที่ไม่มีการใช้งานเลย โดยความเป็นจริงมีแอปพลิเคชันที่จำเป็นที่สามารถใช้ในการทำกิจกรรมเหล่านี้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย เช่น ThaiEMS1669 เป็นต้น อาจจะต้องมีการส่งเสริมในการใช้แอปพลิเคชันอย่างสม่ำเสมอ นอกเหนือจากการใช้แอปพลิเคชันตามความสนใจหรือตามบทบาทแล้ว เพื่อเป็นประโยชน์ต่อตัวผู้สูงอายุเอง

โดยสรุป ผลศึกษาจากงานวิจัยนี้พบว่าผู้สูงอายุทั้งที่อยู่ในเมืองและชนบทใช้แอปพลิเคชันในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงหลายด้าน ซึ่งจะเป็นแนวทางในการส่งเสริมการทำกิจวัตรประจำวันแก่ผู้สูงอายุและคงความสามารถในการทำกิจกรรมในวัยที่มีความเสื่อมถอยของสมรรถภาพทางกาย อย่างไรก็ตาม งานวิจัยนี้เก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก และเก็บข้อมูลในช่วงที่เป็นสถานการณ์พิเศษในหลายๆ เรื่อง เช่น มีมาตรการรักษาระยะห่างทางสังคม มีการจำกัดเวลาในการเปิดปิดร้านค้า เป็นต้น อาจจะทำให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในอนาคตควรศึกษาในกลุ่มประชากรที่ใหญ่ขึ้นละมีการทำซ้ำในอีก 3-5 ปี เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยี และข้อจำกัดเรื่องโรคระบาดหมดไป



เอกสารอ้างอิง

1. หนึ่งฤทัย มานะ. (2556). *ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของผู้สูงอายุบ้านเด่นสันคะยอม หมู่ 8 ตำบลสันทรายน้อย อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่*. ภาคนิพนธ์ วิทยาศาสตร์ บัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
2. แพรวนภา ชันทะสี. (2556). *ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของผู้สูงอายุชุมชนบ้านเหล่า ตำบลพระพุทธบาท อำเภอเชียงกลาง จังหวัดน่าน*. ภาคนิพนธ์ วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
3. กัลยาณี แก้วเทพ. (2560). *ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันขั้นสูงของผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิก ศูนย์กิจกรรมและบริการผู้สูงอายุ ตำบลหนองป่าครั่ง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่*. ภาคนิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กิจกรรมบำบัด) คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
4. Carmona-Torres, J. M., Rodríguez-Borrego, M. A., Laredo-Aguilera, J. A., López-Soto, P. J., Santacruz-Salas, E., & Cobo-Cuenca, A. I. (2019). Disability for basic and instrumental activities of daily living in older individuals. PloS one, 14(7), e0220157. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220157>
5. Chen, S., Qin, J., Li, Y., Wei, Y., Long, B., Cai, J., Tang, J., Xu, X., Yu, G., & Zhang, Z. (2018). Disability and Its Influencing Factors among the Elderly in a County, Guangxi Province, China. International journal of environmental research and public health, 15(9), 1967. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091967>.
6. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2561). *การสำรวจการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2561*. (สืบค้นเมื่อวันที่ 20 สิงหาคม 2563). เข้าถึงได้จาก http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านICT/เทคโนโลยีในครัวเรือน/2561/ict61-สรุปผลที่สำคัญ_Q1.pdf