

ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร

Factors Affecting the Quality of Life of the Elderly in Nong Plong Sub-District Municipality, Wang Sai Poon District, Phichit Province

พระครูพิสุทธิปัญญาภิวัดน์¹ พระครูสิริปริยัติโยดม² พระครูวิริธวัชชัย³
และพระมหาสุเมฆ สมาหิโต⁴

Phrakhruphisutthipanyaphiwat, Phrakrusiripariyatyodom, Phrakhruvivithawatchai and
Phramahasumek Samahito

Received: February 05, 2025

Revised: March 25, 2025

Accepted: March 30, 2025

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพทั่วไปของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2) เปรียบเทียบระดับความพึงพอใจเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตโดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาปัจจัยส่งเสริมจากสังคมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต และ 4) ศึกษาหลักจักร 4 ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ครอบคลุมคิด ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และจักร 4 ซึ่งได้รับจากการสังเคราะห์มาจากการออกแบบคิดของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจำนวน 8 เรื่อง ในขณะที่ตัวแปรตามใช้แบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อฉบับภาษาไทย 4 ด้าน ประชากรที่ศึกษาได้แก่ ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร จำนวน 734 คน นำมาคำนวณกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรของ Taro Yamane ได้ตัวอย่างจำนวน 259 คน ใช้แบบสอบถามแบบประมาณค่า 5 ระดับที่มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .90 เก็บรวบรวมรวม ข้อมูลด้วยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นการสุ่มแบบแบ่งชั้น วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาได้แก่ การ

¹⁻⁴ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย; Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding author, e-mail: Sumektaweekul2561@gmail.com

แจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติอ้างอิงได้แก่ t -test, F-test และการวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ผลการวิจัย พบว่า 1) สภาพทั่วไปของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง พบว่า โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านเรียงลำดับค่าเฉลี่ยมากไปน้อย ดังนี้ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2.93 การใช้หลักจักร 4 ของผู้สูงอายุ 3.33 และปัจจัยส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2.84 2) ผลการเปรียบเทียบระดับความพึงพอใจเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ผู้สูงอายุที่มีอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน เป็นสมาชิกกองทุนสวัสดิการ และจำนวนบุคคลดูแลเวลาป่วยต่างกันมีระดับความคิดเห็นที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในขณะที่ประชาชนที่มีเพศ สถานภาพการสมรสต่างกันมีระดับความคิดเห็นไม่แตกต่างกัน 3) ปัจจัยส่งเสริมจากสังคม ได้แก่ ปัจจัยด้านสถานะภาพทางเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ปัจจัยด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และปัจจัยด้านการสนับสนุนด้านอารมณ์ร่วมกันส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง ($r = .748$) และสามารถร่วมกับพยากรณ์ความแปรปรวนคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุร้อยละ 55.9 และ 4) หลักจักร 4 ได้แก่ การคบหากับคนดี การอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม การตั้งตนไว้ชอบ ความเป็นผู้สะสมความดีไว้ก่อนแล้วนั้นร่วมกันส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง ($r = .502$) และสามารถร่วมกับพยากรณ์ความแปรปรวนคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุร้อยละ 25.2

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ, ปัจจัยส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ, จักร 4

Abstract

This research article aims to 1) study the general condition of the quality of life of the elderly and 2) Compare the level of satisfaction regarding quality of life, categorised by personal factors. 3) Study the social factors that promote and affect the quality of life, and 4) study the four pillars that affect the quality of life of the elderly in Nong Plong Subdistrict Municipality, Wang Sai Phun District, Pichit Province. This is a quantitative research study. The conceptual framework consists of the independent variables, including personal factors, variables promoting the quality of life for the elderly, and the four components derived from synthesizing the conceptual framework of 8 related research studies. The dependent variable uses

the Thai version of the World Health Organization's abbreviated quality of life measurement tool, which consists of 4 domains. The study population comprises 734 elderly individuals in the Nong Plong Subdistrict Municipality, Wang Sai Phun District, Phichit Province. The sample size was calculated using Taro Yamane's formula, resulting in 259 individuals. A 5-point Likert scale questionnaire with a reliability coefficient of .90 was used for data collection, employing stratified random sampling. We used stratified sampling, descriptive statistics like frequency distribution, percentage, mean, and standard deviation, as well as inferential statistics like t-test, F-test, and multiple regression analysis at a level of .05. The research findings indicate that. 1) The overall condition of the quality of life for the elderly in the Nong Plong Subdistrict Municipality is found to be moderate. When considering each aspect in order of average value from highest to lowest, they are as follows: quality of life for the elderly (2.93), the use of the Four Noble Truths by the elderly (3.33), and factors promoting the quality of life for the elderly (2.84). 2) A comparison of older adults' satisfaction levels with their quality of life based on personal factors showed that people of different ages, levels of education, occupations, monthly incomes, welfare fund membership, and the number of carers they had. At the same time, sick people had very different opinions (.05 statistical level). Meanwhile, the opinions of individuals with different genders and marital statuses did not differ. 3) Social-promoting factors include variables related to economic status, self-esteem, health-promoting behaviors, and emotional support. These collectively affect the quality of life of the elderly in the Nong Plong Subdistrict Municipality ($r = .748$) and can jointly predict 55.9% of the variance in the quality of life of the elderly. And 4) The four principles include associating with good people, living in a good place, having a suitable environment, and establishing oneself properly. The accumulation of good deeds also contributes to the quality of life of the elderly in the Nong Plong Subdistrict Municipality area ($r = .502$). It can jointly predict 25.2% of the variance in the quality of life of the elderly.

Keywords: Quality of Life for the Elderly, Factors Promoting the Quality of Life for the Elderly, Cycle 4

บทนำ

โครงสร้างด้านประชากรของประเทศไทยเริ่มเข้าสู่การเป็น “สังคมสูงวัย” (Aged Society) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 คือ มีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป สูงถึงร้อยละ 10 และตามการคาดการณ์ประชากรของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ในปี พ.ศ.2564 ประเทศไทย จะเข้าสู่ “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” (Complete Aged Society) เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 14 ของประชากรทั้งหมด และในปี 2574 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงวัย ระดับสุดยอด” (Super Aged Society) เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2559) ซึ่งจากการสำรวจข้อมูลผู้สูงอายุประจำปี พ.ศ.2566 ประเทศไทยมีประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปจำนวน 13,193,247 คน จากประชากร 66,052,615 คน คิดเป็นร้อยละ 19.97 ซึ่งเข้าใกล้เป็นสังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์โดยจากข้อมูลสถิติที่สำคัญเกี่ยวกับผู้สูงอายุไทย ย้อนหลัง 3 ปี พ.ศ. 2564-2566 มีรายละเอียด ตามตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 ประชากรไทย พ.ศ. 2564-2566

โครงสร้างประชากร	พ.ศ.2564		พ.ศ.2565		พ.ศ.2566	
	คน	ร้อยละ	คน	ร้อยละ	คน	ร้อยละ
อายุ 0-14 ปี	10,914,825	16.49	10,606,364	16.05	10,324,273	15.63
อายุ 15-59 ปี	43,015,070	65.01	42,785,749	64.74	42,535,095	64.40
อายุ 60 ปีขึ้นไป	12,241,505	18.50	12,698,329	19.21	13,193,217	19.97
รวม	66,171,402	100.00	66,090,442	100.00	66,052,585	100.00

จากตารางที่ 1 ประชากรไทย พ.ศ. 2564-2566 พบว่า อายุ ประชากรช่วงอายุ 0-14 ปี มีอัตราการลดลง จำนวน 590,552 คน คิดเป็นร้อยละ 0.86 ช่วงอายุ 15-59 ปี มีอัตราการลดลง จำนวน 479,975 คน คิดเป็นร้อยละ 0.61 ในขณะที่ช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไป มีอัตราเพิ่มขึ้น จำนวน 951,712

คน คิดเป็นร้อยละ 1.47 แสดงให้ทราบถึงแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ แต่ในขณะเดียวกัน จำนวนผู้ที่เป็นกำลังสำคัญในการดูแลผู้สูงอายุลดลง (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566) นอกจากนี้ได้ คาดการณ์ประชากรวัยเด็ก วัยแรงงาน และวัยสูงอายุ ระหว่าง พ.ศ.2567-2578 ว่า ประชากรช่วง อายุ 0-14 ปี มีอัตราการลดลงคิดเป็นร้อยละ 2.29 ช่วงอายุ 15-59 ปี มีอัตราการลดลงคิดเป็นร้อยละ 5.49 และช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไป มีอัตราเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 7.78 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการ เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2566) ดังนั้น ในการที่ประเทศไทยกำลังมุ่งหน้าเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่าง สมบูรณ์ และพัฒนาเข้าสู่สังคมสูงวัยระดับสุดยอดมีสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น เนื่องมาจากความก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุข รวมทั้งการบริการด้านสาธารณสุขและ จากนโยบายการวางแผนครอบครัว ส่งผลทำให้อัตราการเจริญพันธุ์ของประชากรลดลงทำให้อัตราส่วนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น และมีอายุยืนยาวมากขึ้นคาดการณ์โดยเฉลี่ยต่อไปจาก 60 ปีอีก ประมาณ 22 ปี ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างประชากร และระบบบริการสุขภาพ (มูลนิธิสถาบันวิจัย และพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.), 2565) เนื่องจากต้องยอมรับความเป็นจริงว่า แม้ทางการแพทย์ จะพัฒนาที่มีความเจริญก้าวหน้าเพื่อการรักษาโรคร้ายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นสักเพียงใด แต่ก็เกินไปเพื่อการ บรรเทา หรือแก้ไขความเสื่อมถอยทางด้านร่างกาย เช่น ปัญหาการเคลื่อนไหวร่างกาย ปัญหาการได้ยิน ปัญหาการสื่อสาร ปัญหาการมองเห็น ปัญหาด้านโรคร้าย เช่น โรคความดันโลหิต โรคเบาหวาน โรคข้อเข่าเสื่อม เป็นต้นซึ่งปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นย่อมส่งผลให้เกิดปัญหาด้านจิตใจติดตามมาด้วย ซึ่ง การวัดคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ใช้แบบวัด WHOQOL – 100 ฉบับภาษาไทยที่ WHO ยอมรับอย่างเป็นทางการ กำหนดเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต WHOQOL–BREF–THAI ประกอบด้วยข้อคำถาม 2 ชนิด คือ แบบภาวะวิสัย (Perceived Objective) และอัตวิสัย (Self-Report Subjective) ประกอบด้วย องค์ประกอบของ คุณภาพชีวิต 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสภาพแวดล้อม และด้าน ความสัมพันธ์กับสังคม

ปัจจุบันจังหวัดพิจิตรมีจำนวนผู้สูงอายุมากเป็นอันดับที่ 9 ของภาคเหนือโดยมีผู้สูงอายุ จำนวน 124,302 คน คิดเป็นร้อยละ 23.85% ของจำนวนประชากรภายในจังหวัดซึ่งมีจำนวน 521,262 คน (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2567) โดยหากพิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับการเข้าสู่ สังคมผู้สูงอายุขององค์การสหประชาชาติ (United Nations: UN) จังหวัดพิจิตรจัดอยู่ในเกณฑ์ สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์แล้ว นอกจากนี้จำนวนผู้สูงอายุในเขตการให้บริการของเทศบาลตำบล หนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตรมีจำนวน 734 คน คิดเป็นร้อยละ 27.17 จากจำนวน ประชากรทั้งสิ้น 3,436 คน (ต๋นติกร เหล่าพร, 2567) การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรที่นำไปสู่ สังคมผู้สูงอายุ ส่งผลให้เทศบาลตำบลหนองปล้องต้องเผชิญกับความท้าทายในการดูแลและพัฒนา

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในพื้นที่ จากการดำเนินงานที่ผ่านมา พบว่าผู้สูงอายุประสบปัญหาในหลายมิติ ได้แก่ 1) ปัญหาด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุจำนวนมากขาดรายได้เพียงพอสำหรับการดำรงชีพ เนื่องจากต้องหยุดทำงานด้วยข้อจำกัดทางสุขภาพ ส่งผลให้ต้องพึ่งพาสวัสดิการจากภาครัฐและการสนับสนุนจากบุตรหลาน ซึ่งอาจไม่เพียงพอต่อการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ 2) ปัญหาด้านสุขภาพ ผู้สูงอายุเผชิญกับโรคเรื้อรัง เช่น โรคกล้ามเนื้อและข้อ โรคตา ความดันโลหิตสูง และภาวะเสี่ยงต่อการหกล้ม ซึ่งส่งผลต่อการดำรงชีวิตประจำวันและภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ 3) ปัญหาด้านจิตใจ การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและบทบาททางสังคมส่งผลให้ผู้สูงอายุรู้สึกวิตกกังวลว่าตนเองเป็นภาระของครอบครัว นำไปสู่ภาวะความเครียด ความเหงา และภาวะซึมเศร้า และ 4) ปัญหาด้านสังคม ผู้สูงอายุบางส่วนรู้สึกโดดเดี่ยว ขาดโอกาสในการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ทำให้ขาดแรงจูงใจในการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า ซึ่งเทศบาลตำบลหนองปล้องมีนโยบายพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้มีความสุขและมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น อย่างไรก็ตาม การพัฒนาแนวทางการจัดสวัสดิการที่เหมาะสมจำเป็นต้องอาศัยข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้งปัจจัยภายใน เช่น สุขภาพ รายได้ และสภาวะจิตใจ และปัจจัยภายนอก เช่น สังคมและสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต

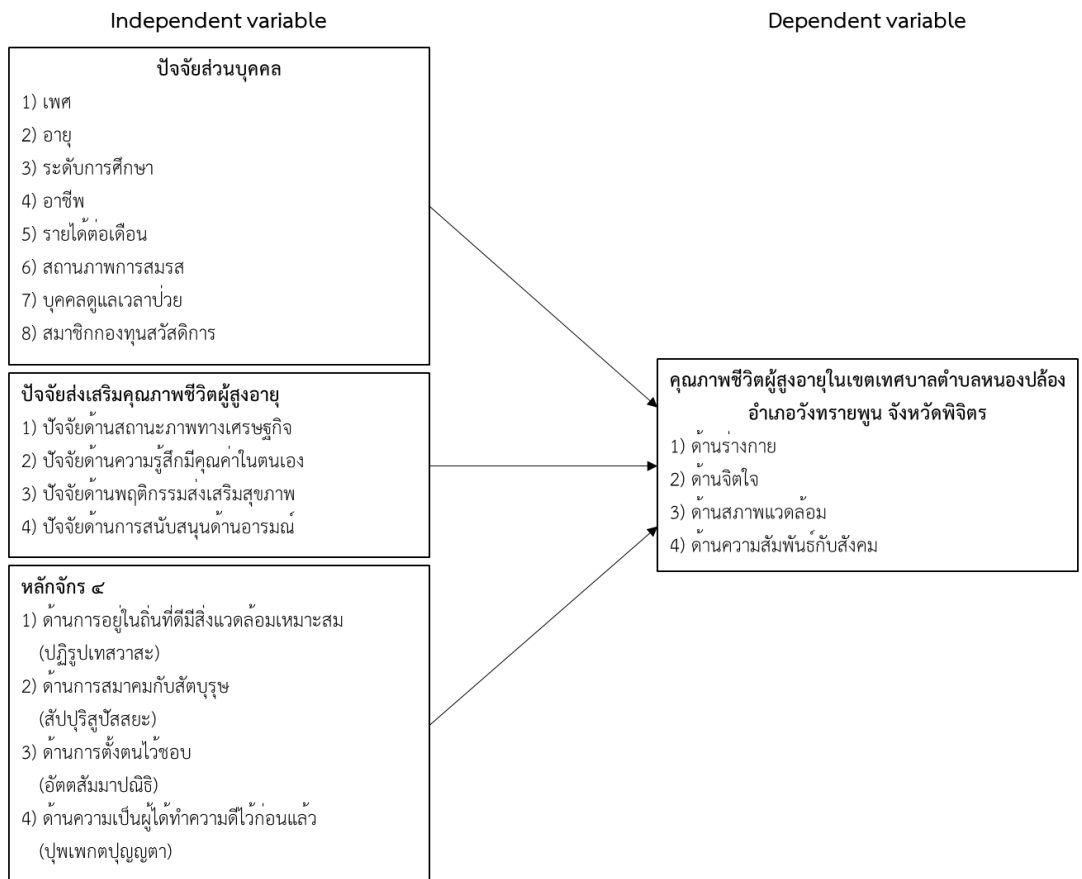
ดังนั้น งานวิจัยนี้มีความจำเป็นในการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สามารถนำไปใช้ในการกำหนดนโยบายและแนวทางการจัดสวัสดิการที่ตอบสนองต่อปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการเตรียมความพร้อมรับมือกับสถานการณ์สังคมผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นในอนาคต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับความพึงพอใจเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล
3. เพื่อศึกษาปัจจัยส่งเสริมจากสังคมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร
4. เพื่อศึกษาการใช้หลักจักร 4 ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ศึกษาข้อมูลจากแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร งานวิจัย รายงานการประชุมที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ครอบคลุมเนื้อหาตามวัตถุประสงค์และขอบเขตของการวิจัย รวมถึงการสังเคราะห์จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจำนวน 16 เรื่อง เพื่อสร้างกรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามความคิดเห็นโดยมีค่าความเชื่อมั่น 0.90 ลักษณะของแบบสอบถามแบ่งเป็น 5 ตอน ประกอบด้วย ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพการสมรส อาชีพ รายได้ต่อเดือน และบุคคลดูแลเวลาป่วย โดยมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check

List) จำนวน 7 ข้อ ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่งเสริมจากสังคม ประกอบด้วย ปัจจัยด้านสถานะภาพทางเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ปัจจัยด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และปัจจัยด้านการสนับสนุนด้านอารมณ์ จำนวน 20 ข้อ ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับหลักจักร 4 ประกอบด้วย ด้านการอยู่ในถิ่นที่ติมีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม (ปฏิรูปทฤษฎี) ด้านการสมาคมกับสัตว์บุรุษ (สัปปริสุปัสสยะ) ด้านการตั้งตนไว้ชอบ (อิตตสัมมาปณิธิ) และด้านความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว (บุพเพกตปุญญตา) จำนวน 20 ข้อ ตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสภาพแวดล้อม และด้านความสัมพันธ์กับสังคม จำนวน 20 ข้อ และตอนที่ 5 เป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิดเกี่ยวกับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตรซึ่งจะเป็นคำถามที่เปิดโอกาสให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้แสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ จำนวน 4 ข้อ

3. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ศึกษาได้แก่ ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร จำนวน 734 คน (ต้นตริก เหล่าพร, 2567) นำมาคำนวณกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรของ Taro Yamane ได้ตัวอย่างจำนวน 259 คน และใช้หลักการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Sampling) เพื่อให้ได้ข้อมูลมีลักษณะกระจายให้สัมพันธ์กับสัดส่วนของประชากร

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา ประกอบด้วย ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อวิเคราะห์สภาพทั่วไปของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และสถิติเชิงอนุมาน ประกอบด้วย การทดสอบค่าที (t-test) และการทดสอบค่าเอฟ (F-Test) ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Anova) เพื่อวิเคราะห์ผลการเปรียบเทียบระดับความพึงพอใจเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตโดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล และการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นแบบพหุคูณ (Multiple Linear Regression) วิเคราะห์โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (Multiple Regression Analysis) เพื่อวิเคราะห์ผลการศึกษาปัจจัยส่งเสริมจากสังคมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต และหลักจักร 4 ที่ส่งผลต่อต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร

สรุปผลการวิจัย

1. สภาพทั่วไปของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร พบว่า

1.1 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 58.69 มีอายุระหว่าง 70-79 ปี จำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 52.90 ไม่ได้รับการศึกษา จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 53.3 มีสถานะภาพการสมรส คือ สามีหรือภรรยา เสียชีวิตแล้ว จำนวน 142 คน คิดเป็นร้อยละ 54.83 ประกอบอาชีพเกษตรกร จำนวน 135 คน คิดเป็นร้อยละ 52.12 มีรายได้ 1,001-5,000 บาท จำนวน 159 คน คิดเป็นร้อยละ 61.39 ไม่มีผู้ดูแลในเวลาป่วย จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 40.15 และเป็นสมาชิกกองทุนสวัสดิการชุมชน จำนวน 147 คน คิดเป็นร้อยละ 56.76

1.2 ระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร พบว่า โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.84$, S.D. = 0.51) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ปัจจัยด้านสถานะภาพทางเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านความรู้สึกรู้คุณค่าในตนเอง และปัจจัยด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง ในขณะที่ปัจจัยด้านการสนับสนุนด้านอารมณ์ อยู่ในระดับน้อย

1.3 ระดับความคิดเห็นต่อการใช้หลักจักร 4 ของผู้สูงอายุเพื่อคุณภาพชีวิตในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร พบว่า โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.33$, S.D. = 0.51) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีเพียงด้านการตั้งตนไว้ชอบ (อัตตสัมมาปณิธิ) อยู่ในระดับมาก ในขณะที่ด้านการคบหากับคนดี (สัมปยุตตสัมมาสัมมา) ด้านความเป็นผู้สะสมความดีไว้ก่อนนั้นแล้ว (ปุพเพกตปุญญตา) และด้านอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม (ปฏิรูปเทสวาสะ) อยู่ในระดับปานกลาง

1.4 ระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม พบว่า ระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร คุณภาพด้านร่างกาย โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.93$, S.D. = 0.52) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง ทุกด้าน

2. การเปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร พบว่า ปัจจัยด้านอายุ การศึกษา อาชีพ จำนวนผู้ดูแลยามป่วย รายได้ต่อเดือน และการเป็นสมาชิกกองทุนสวัสดิการมีผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านเพศ และสถานภาพสมรสมีระดับความพึงพอใจไม่แตกต่างกัน

3. ปัจจัยส่งเสริมจากสังคมส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีความสัมพันธ์เชิง

บวกในระดับสูง ($R = .748$) และสามารถพยากรณ์คุณภาพชีวิตได้ร้อยละ 55.9 ($R^2 = .559$) เมื่อพิจารณาปัจจัยแต่ละด้าน พบว่า ปัจจัยทั้ง 4 ด้านส่งผลต่อคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยเรียงตามค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยแบบมาตรฐาน (Beta) ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (0.336), สถานะทางเศรษฐกิจ (0.270), การสนับสนุนด้านอารมณ์ (0.187), และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (0.163)

4. หลักจักร 4 ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ($R = .502$) และสามารถร่วมกันพยากรณ์คุณภาพชีวิตได้ร้อยละ 25.2 ($R^2 = .252$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มี 2 ด้านที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยเรียงตามค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยแบบมาตรฐาน (Beta) ได้แก่ การอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม (ปฏิรูปเทศบาล) (0.409), และความเป็นผู้สะสมความดีไว้ก่อน (บุพเพตบถบุญญา) (0.181) ในขณะที่ การคบหาคนดี (สัปปุริสุปัสสยะ) และการตั้งตนไว้ชอบ (อิตตสัมมาปณิธิ) ไม่ส่งผล

อภิปรายผลการวิจัย

1. สภาพทั่วไปของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง พบว่า โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านเรียงลำดับค่าเฉลี่ยมากไปน้อย ดังนี้ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2.93 การใช้หลักจักร 4 ของผู้สูงอายุ 3.33 และปัจจัยส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2.84 ทั้งนี้เพราะ ปัจจัยด้านสถานะภาพทางเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุ ได้รับความช่วยเหลือด้านการเงินด้านสิ่งของเครื่องใช้จากเทศบาลตำบลหนองปล้อง ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการดำเนินชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ ปัจจัยด้านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจที่พอจะสามารถถ่ายทอดประสบการณ์การดำเนินชีวิตที่ดีให้กับผู้อื่นได้ ส่วนปัจจัยด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุได้รับประทานอาหารที่ดี มีประโยชน์ต่อสุขภาพตนเอง ไม่เพียงพอเนื่องจากปัจจัยทางด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือนส่วนใหญ่มีรายได้ 1,001-5,000 บาท ต่อครอบครัว และปัจจัยด้านการสนับสนุนด้านอารมณ์ ผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่จากสมาชิกในครอบครัวน้อย เนื่องจากไม่ได้รับการดูแลจากบุตรหลาน ส่วนใช้ชีวิตเพียงลำพัง สอดคล้องกับผลการวิจัยของอัศวิน ลิ้มฤกษ์ลำริก (2567) พบว่า ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 60.2 มีอายุเฉลี่ย 70.26 ± 9.31 ปี มีสวัสดิการผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.1 มีแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 43.2 มีคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 52.7 ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ การสนับสนุนด้านแรงงานสิ่งของ

งบประมาณและบริการ ($p < 0.001$, $\beta = 0.418$) สวัสดิการด้านสังคม ($p < 0.001$, $\beta = 0.307$) สวัสดิการด้านความมั่นคงในชีวิต ($p < 0.001$, $\beta = 0.170$) การสนับสนุนด้านอารมณ์ ($p < 0.001$, $\beta = 0.103$) โดยสามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้ร้อยละ 83.0 การศึกษานี้ควรนำไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการจัดโปรแกรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้เหมาะสมกับพื้นที่

2. การเปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาล ตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร พบว่า ปัจจัยด้านอายุ การศึกษา อาชีพ จำนวนผู้ดูแลยามป่วย รายได้ต่อเดือน และการเป็นสมาชิกกองทุนสวัสดิการมีผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านเพศ และสถานภาพสมรสมีระดับความพึงพอใจไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 70-79 ปี ไม่ได้รับการศึกษา ประกอบอาชีพเกษตรกร รายได้ระหว่าง 1,001-5,000 บาท ไม่มีผู้ดูแลในเวลาเจ็บป่วย เป็นสมาชิกกองทุนสวัสดิการชุมชน ดังนั้น ในด้านคุณภาพชีวิตด้านร่างกายของผู้สูงอายุที่ทรุดโทรมตามการเวลาอันเป็นวัฏจักรของสิ่งมีชีวิต ย่อมมีความต้องการพึ่งพาการรักษาทางการแพทย์ แต่ไม่สามารถไปไหนมาไหนได้ด้วยตนเองเนื่องจากไม่มีผู้ดูแลในเวลาเจ็บป่วย ด้านคุณภาพด้านจิตใจ พบว่า ผู้สูงอายุมีจิตใจเข้มแข็งสามารถเอาชนะปัญหาในการดำเนินชีวิตรวมถึงสามารถเอาชนะความเศร้าได้เพียงบางท่าน คุณภาพชีวิตด้านสภาพแวดล้อม พบว่า ผู้สูงอายุมีโอกาสน้อยที่ได้การรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับสวัสดิการของผู้สูงอายุ และคุณภาพชีวิตความสัมพันธ์ทางสังคม มีโอกาสพูดคุยกับเพื่อน ๆ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันเพียงบางครั้งบางคราว จึงส่งผลให้มีความคิดเห็นที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ สอดคล้องกับผลการวิจัยของสิริมา อิทธิประเสริฐ (2561) ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำรงชีพอยู่ในระดับไม่เป็นภาระพึ่งพาและการประเมินความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวัน ชี้สูง พบว่าผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำรงชีพอยู่ในระดับไม่เป็นภาระพึ่งพาเช่นกันผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแก่งกะเจ็ด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง โดยภาพรวมมีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง ส่วนผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพบว่าผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแก่งกะเจ็ด อำเภอเมือง จังหวัดระยองที่มีวุฒิการศึกษา ความเพียงพอของรายได้ สมรรถนะด้านความสามารถในการดำเนินกิจวัตรประจำวันและสมรรถนะด้านความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผู้สูงอายุที่มีเพศ อายุ สถานภาพสมรสและอาชีพต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน

3. ปัจจัยส่งเสริมจากสังคมส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ($R = .748$) และสามารถพยากรณ์คุณภาพชีวิตได้ร้อยละ 55.9 ($R^2 = .559$) เมื่อ

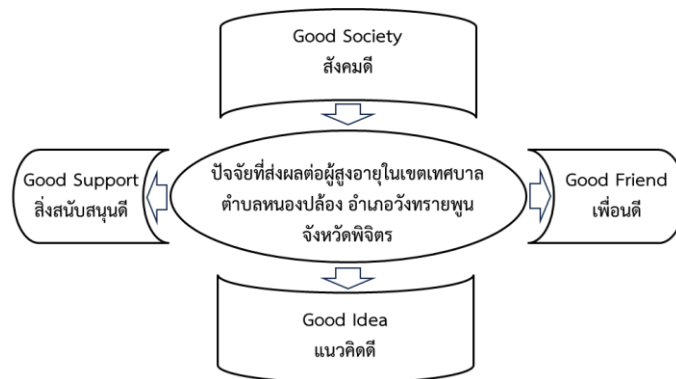
พิจารณาปัจจัยแต่ละด้าน พบว่า ปัจจัยทั้ง 4 ด้านส่งผลต่อคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยเรียงตามค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยแบบมาตรฐาน (Beta) ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (0.336), สถานะทางเศรษฐกิจ (0.270), การสนับสนุนด้านอารมณ์ (0.187), และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (0.163) ทั้งนี้เพราะปัจจัยทั้ง 4 ด้านเป็นเหตุเป็นผลที่สอดคล้องสัมพันธ์กัน กล่าวคือ ธรรมชาติร่างกายของมนุษย์เมื่อเข้าสู่ช่วงวัยผู้สูงอายุมีความทรุดโทรม รวมถึงโรคภัยต่าง ๆ เข้ามารุมล้อมซึ่งส่งผลโดยตรงต่อสภาวะทางด้านจิตใจ ดังนั้นหากผู้สูงอายุได้รับความรู้ที่ดี และถูกต้องด้านการพัฒนาชีวิตผู้สูงอายุซึ่งเป็นปัจจัยด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เพื่อให้มีความรู้สามารถดูแลตัวเองได้ ไม่เป็นภาระผู้อื่นซึ่งเป็นปัจจัยด้านการสนับสนุนด้านอารมณ์ ปัจจัยด้านพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ สอดคล้องกับผลการวิจัยของปฎิญา ภูจำปา (2565) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเทศบาลตำบลหัวนาคำ อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก และปัจจัยด้านที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในเทศบาลตำบลหัวนาคำ อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์ ได้แก่ ปัจจัยการหนุนเสริมจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (X_5) $\beta = .606$ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ (X_4) $\beta = .295$ และปัจจัยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (X_2) $\beta = .168$ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) เท่ากับ .784 และค่าประสิทธิภาพการพยากรณ์เท่ากับ .615 หรือร้อยละ 61.50 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. หลักจักร 4 ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอยางตลาด จังหวัดพิบูลย์ธานี อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ($R = .502$) และสามารถร่วมกันพยากรณ์คุณภาพชีวิตได้ร้อยละ 25.2 ($R^2 = .252$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มี 2 ด้านที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยเรียงตามค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยแบบมาตรฐาน (Beta) ได้แก่ การอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม (ปฏิรูปเทศบาล) (0.409), และความเป็นผู้สะสมความดีไว้ก่อน (บุพเพตบัพพญญา) (0.181) ในขณะที่ การคบหาคนดี (สัปปริสุปัสสยะ) และการตั้งตนไว้ชอบ (อิตตสัมมาปณิธิ) ไม่ส่งผล ทั้งนี้เพราะการอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม คือ มีต้นไม้ร่มรื่นมีอากาศถ่ายเทสะดวกสามารถเป็นที่พักผ่อนหย่อนใจได้ สามารถหาเก็บผักต่าง ๆ เพื่อประกอบอาหารได้ มีการเข้าร่วมกิจกรรมชุมชนจัดขึ้นเพื่อให้บริการและส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการพัฒนาอาชีพ รวมถึงมีรถอำนวยความสะดวก ในเวลาเจ็บป่วยเพื่อนำไปส่งโรงพยาบาลอย่างเพียงพอ นอกจากนี้ ความเป็นผู้สะสมความดีไว้ก่อนนั้นแล้ว คือ การมีครอบครัวที่อบอุ่น รวมถึงการมีเงินออมจากการทำงานเพียงพอต่อการใช้จ่าย เป็นปัจจัยที่สำคัญที่ส่งผลต่อร่างกายรวมถึงจิตใจของผู้สูงอายุที่ต้องการใช้ชีวิตอย่างสงบสุข สอดคล้องกับผลการวิจัยของสุเทพ ศรีนุช, พูนชัย ปันธิยะ และพิสิษฐ์ โคตรสุโพธิ์ (2563) พบว่า หลักพุทธธรรมที่

เหมาะสมเพื่อการเตรียมความพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเป็นสุข คือ พหุการธรรม 4 หรือจักร 4 เป็นธรรมที่มีอุปการะมาก ช่วยให้สามารถสร้างสมความดี ช่วยให้ประสบความสำเร็จ ก้าวหน้าและพัฒนาชีวิต ได้แก่ 1) การอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม เอื้อต่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ได้แก่ ที่พักอาศัยอยู่ในสถานที่มีความสงบ ร่มเย็น สามารถเป็นที่พักผ่อน ปฏิบัติธรรมได้ ไม่มีเสียงรบกวนอยู่กับเพื่อนบ้านที่ดี 2) สมาคมกับสัตว์บุรุษ เลือกคบคนดี 3) ตั้งตนไว้ชอบ ตั้งจิตมุ่งหมายนำตนไปถูกทาง ตั้งตนให้อยู่ในศีลธรรม ยกเว้นการเบียดเบียนผู้อื่น ปฏิบัติและรักษาศีล 5 ให้บริบูรณ์ 4) ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว เช่น การทำบุญ ตักบาตร การไหว้พระหรือนั่งสมาธิ ล้วนเป็นการประพฤตินทางที่ดี

องค์ความรู้ใหม่

จากผลการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร ผู้วิจัยได้สรุปปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ดังนี้



ภาพที่ 2 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

จากภาพที่ 2 แสดงองค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง อำเภอวังทรายพูน จังหวัดพิจิตร ประกอบด้วย 4 Good โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. Good Society สังคมดี หมายถึง การที่ผู้สูงอายุจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น ประการแรก ผู้สูงอายุต้องอยู่อาศัยในสังคมที่ดี เนื่องจากคนในแต่ละช่วงวัยจะมีวิถีชีวิตที่แตกต่างกันออกไป เช่น วัยเรียนต้องการสังคมที่ยอมรับในความสามารถ หรือความถนัดซึ่งอาจเป็นสิ่งที่ดี หรือไม่ก็ได้ เพราะยังอยู่ในวัยเรียนรู้ หรือถ่ายทอดแบบอย่างจากกลุ่มเพื่อน ๆ ชอบความบันเทิง แต่ช่วงวัยผู้สูงอายุนั้น ด้วยสภาวะร่างกายที่เสื่อมถอยลง มีแนวโน้มต้องการที่จะพักผ่อนมากกว่าช่วงวัยอื่น

ดังนั้น หากผู้สูงอายุอาศัยอยู่ในสังคมแวดล้อมที่ดี คือ สังคมระดับครอบครัวที่เข้าใจความต้องการ คอยดูแล พุดคุย เอาใจใส่ ให้ความเคารพ เชื้อฟัง เพราะการได้อยู่ร่วมกันมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างคน ในครอบครัว ทำให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกโดดเดี่ยว

2. Good Friend เพื่อนดี หมายถึง การที่ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะสังสรรค์กับผู้สูงอายุ คนอื่น ๆ จะทำให้เกิดการสนทนาที่ดีต่อจิตใจ เนื่องจากต้องการพูดคุย ปรีกษาหารือ รวมถึงการ แลกเปลี่ยนความคิดซึ่งกันและกัน คนในช่วงวัยเดียวกันต่างฝ่ายต่างก็เข้าใจ เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและ กัน เพราะเรื่องบางเรื่อง เช่น ผู้สูงอายุมักจะสนทนากันในเรื่องราวในอดีตที่ผ่านมาทั้งในเรื่องราวที่มี ความสุข หรือความทุกข์ รวมถึงความเจ็บป่วยทางร่างกายที่เป็นไปตามวัยนั้น คนวัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ บางครั้งก็อาจไม่เข้าใจในสภาวะนั้น ดังนั้นการมีเพื่อนที่ดีที่คอยรับฟังและสื่อสารในเรื่องยุคเดียวกัน ย่อมส่งผลต่อสภาวะทางด้านจิตใจที่ดี รวมถึงเป็นการป้องกันไม่ให้จิตใจของผู้สูงอายุเกิดความหดหู่

3. Good Idea แนวคิดดี หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีทัศนคติมองโลกในแง่ดีในการดำเนิน ชีวิต ยอมรับและปรับตัวกับสภาวะของร่างกายที่ย่างเข้าสู่วัยชราซึ่งเป็นปกติตามธรรมชาติ มีเชื่อมั่น ต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน รวมถึงการนำประสบการณ์การใช้ชีวิตที่ผ่านมาทั้งดีและไม่ดีมาถ่ายทอด เพื่อให้เป็นแนวคิด หรือแนวทางกับคนในยุคปัจจุบัน

4. Good Support สิ่งสนับสนุนดี หมายถึง การที่ผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนทั้งด้าน เศรษฐกิจ ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ เช่น ได้รับการสนับสนุนเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุจากรัฐบาล ได้รับการ สนับสนุนทางด้านสุขภาพจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ เช่น การตรวจสุขภาพ การได้รับยา การออกกำลังกาย ได้รับการสนับสนุนจากผู้นำหมู่บ้านออกตรวจเยี่ยม การได้รับการสนับสนุนจาก องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และสุดท้าย คือ การได้รับความอบอุ่นจากคนในครอบครัว

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นควรมีนโยบายส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเชิง รุกตามแนวคิด WHO

2. กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นควรมีนโยบาย Carefree old age (สูงวัยไร้ กังวล) เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการนำหลักจักร 4 มาร่วมบูรณาการในการจัดทำแผน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. เทศบาลตำบลหนองปล้องควรจัดโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่สอดคล้องคุณภาพทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์กับสังคมและด้านสิ่งแวดล้อม ให้กับผู้สูงอายุทุกคนอย่างต่อเนื่อง

2. เทศบาลตำบลหนองปล้องควรนำหลักจักร 4 มาบูรณาการเพื่อจัดโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4 ด้าน (4G) ประกอบด้วย Good Society สังคมดี (ปฏิรูปเทศบาล) Good Friend เพื่อนดี (สัปปุริศสุปัศสยะ) Good Idea แนวคิดดี (อัตตสัมมาปณิธิ) และ Good Support สิ่งสนับสนุนดี (อุปเพกตปุญญตา)

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2566). สถิติผู้สูงอายุ. เข้าถึงได้จาก <https://www.dop.go.th/th/know/1>
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2567). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2566. กรุงเทพฯ : บริษัท โกลโพรินท์ (ไทยแลนด์) จำกัด.
- ต้นติกร เหล่าพร. (2567). ปัญชีสรุปปัญหาบุคคลตามช่วงวันเดือนปีเกิด หรือช่วงอายุ (เพศชาย+เพศหญิง) ทะเบียนราษฎรในเขตเทศบาลตำบลหนองปล้อง. (อัตตสัมมา).
- ปฏิญญา ภูจำปา. (2565). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลห้วยน้ำคำอำเภอโขงเจียม จังหวัดกาฬสินธุ์. (วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.).(2565). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2565. นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2559). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2566). การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2553-2583. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดือนตุลา.
- สิริมา อิทธิประเสริฐ. (2561). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแก่งกะเจ็ด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง. (วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารทรัพยากรมนุษย์). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยบูรพา.

- สุเทพ ศรีนุช, พูนชัย ปันธิยะ และพิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์. (2563). แนวทางการประยุกต์หลักพุทธธรรม เพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมผู้สูงวัยอย่างเป็นสุข. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยวิทยาเชิงพุทธ*, 5(3), 136-149.
- อัศวิน ลิ้มฤกษ์ล้าริก. (2567). ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลเขาแก้วศรีสมบูรณ์ อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดสุโขทัย. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอินทร์เทิร์น*, 5(1), 42-57.