

Quality of life of the elderly in bueng kan municipality, Mueang bueng kan district, bueng kan province

Natsichaya Phongkongngoen ^{1*} and Boonlua Boobphamala ²

^{1, 2} Pitchayabundit College

* Corresponding author. E-mail: natsichaya@gmail.com

ABSTRACT

This research aimed to study 1) the quality of life of the elderly in Bueng Kan Municipality, 2) compare the quality of life of the elderly in Bueng Kan Municipality classified by gender, age, education level and occupation, and 3) propose guidelines for promoting the quality of life of the elderly in Bueng Kan Municipality. The sample group used in the research was 352 elderly people living in Bueng Kan Municipality. The instrument used for data collection was a questionnaire. The statistics used for data analysis were descriptive statistics, including number, percentage, mean and standard deviation. Inferential statistics were T-test and F-test. The reliability of the questionnaire was 0.894.

The research results found that:

1. The quality of life of the elderly in Bueng Kan Municipality, Mueang Bueng Kan District, Bueng Kan Province was at a high level overall. When considering each aspect, it was found that the aspect with the highest average value was physical, followed by mental, and the aspect with the lowest average value was environmental.

2. Results of the comparison of the quality of life of the elderly in Bueng Kan Municipality Overall, the elderly in Bueng Kan Municipality, Mueang Bueng Kan District Bueng Kan Province, with different genders, ages, education levels, and occupations, have similar quality of life.

3. Suggestions for improving the quality of life of the elderly in Bueng Kan Municipality, Mueang Bueng Kan District, Bueng Kan Province include organizing an elderly club that exercises, such as aerobics, tai chi, yoga, or bamboo dance.

Keywords: quality of life, elderly, municipality

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ

ณัฐรัชชญา พงษ์กองเงิน ^{1*} และ บุญเหลือ บุษปามาลา ²

^{1, 2} วิทยาลัยพณิชยบัณฑิต

* Corresponding author. E-mail: natsichaya@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ 2) เปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ ที่จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ และ 3) เสนอแนวทางส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลเมืองบึงกาฬ 352 คน เครื่องมือ ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิติพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ T - test และ F - test ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.894

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านร่างกายรองลงมาคือ ด้านจิตใจ และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านสิ่งแวดล้อม
2. ผลการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ โดยภาพรวมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ต่างกัน มีคุณภาพชีวิต ไม่แตกต่างกัน
3. ข้อเสนอแนะทางพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ได้แก่ จัดชมรมผู้สูงอายุที่มีการออกกำลังกาย เช่น แอโรบิก ไทเก๊ก โยคะ หรือ รำไม้พลอง

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, เทศบาลเมือง

© 2026 JISSD: Journal of Integration Social Sciences and Development

บทนำ

ประเทศไทยกำลังเผชิญการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรอย่างชัดเจน อันเป็นผลจากความก้าวหน้าทางการแพทย์และเทคโนโลยี รวมถึงความสำเร็จของนโยบายวางแผนครอบครัว ส่งผลให้ประชาชนมีสุขภาพดีขึ้นและมีอายุขัยยืนยาว ขณะที่อัตราการเกิดและการตายลดลงอย่างต่อเนื่อง จนนำไปสู่การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยหลักเสียไม่ได้ ข้อมูลปี 2565 ระบุว่าประเทศไทยมีผู้สูงอายุประมาณ 12.1 ล้านคน หรือร้อยละ 18.3 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งสะท้อนการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ โดยแบ่งเป็นช่วงอายุ 60-69 ปี มากที่สุด รองลงมาคือ 70-79 ปี และ 80 ปีขึ้นไป ขณะเดียวกัน อัตราการเกิดของเด็กอยู่ในระดับต่ำเพียงประมาณ 600,000 คนต่อปี และในช่วง 3 ปีที่ผ่านมา จำนวนผู้สูงอายุมีมากกว่าประชากรอายุต่ำกว่า 15 ปีอย่างต่อเนื่อง แนวโน้มดังกล่าวไม่เพียงเกิดขึ้นในประเทศไทย แต่เป็นปรากฏการณ์ระดับโลก ซึ่งส่งผลกระทบต่อโครงสร้างเศรษฐกิจและสังคม โดยเฉพาะการลดลงของกำลังแรงงานและความเสี่ยงต่อการขาดแคลนแรงงานในอนาคต หลายประเทศ เช่น ญี่ปุ่น ได้ดำเนินนโยบายรองรับ โดยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุยังคงทำงานตามศักยภาพ และพัฒนาระบบดูแลสุขภาพระยะยาวเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิต สำหรับประเทศไทย จำเป็นต้องมีการวางแผนและกำหนดนโยบายที่เหมาะสม โดยเน้นการส่งเสริมสุขภาพ การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต และการใช้ข้อมูลเชิงประจักษ์ในการดำเนินงาน เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีสามารถพึ่งพาตนเองได้ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืน นอกจากนี้ บุคลากรที่เกี่ยวข้องต้องมีความรู้ความเข้าใจด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ และทำงานร่วมกันอย่างบูรณาการทุกภาคส่วน พร้อมทั้งพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่อง โดยสำนัก

อนามัยผู้สูงอายุได้จัดทำโครงการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ พ.ศ. 2564 เพื่อสนับสนุนการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้สูงอายุของประเทศ (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2564)

ในปัจจุบัน พบว่าแนวโน้มรูปแบบการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างชัดเจน โดยผู้สูงอายุจำนวนมากเลือกหรือมีความจำเป็นต้องอยู่อาศัยเพียงลำพัง หรืออยู่อาศัยร่วมกับคู่สมรสโดยไม่มีสมาชิกครอบครัวอื่นอาศัยอยู่ร่วมด้วยเพิ่มมากขึ้น แนวโน้มดังกล่าวส่งผลกระทบต่อการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ทั้งในด้านสุขภาพร่างกายและด้านสภาพจิตใจ เนื่องจากเมื่ออายุเพิ่มสูงขึ้น ผู้สูงอายุมีแนวโน้มประสบปัญหาด้านสุขภาพและการเจ็บป่วยมากขึ้น โดยเฉพาะโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง อาทิ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเลือดสูง ซึ่งเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ส่งผลให้ผู้สูงอายุต้องได้รับการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง และอาจนำไปสู่ภาวะพึ่งพิงในระยะยาว นอกจากนี้ ผู้สูงอายุจำนวนมากยังประสบกับปัญหาสุขภาพอื่น ๆ ที่ส่งผลการดำรงชีวิตประจำวัน เช่น ปัญหาข้อเข่าเสื่อม ซึ่งทำให้เกิดข้อจำกัดในการเคลื่อนไหวและการทำกิจวัตรต่าง ๆ รวมถึงปัญหาด้านสุขภาพช่องปาก โดยพบว่าประมาณครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุมีฟันแท้เหลือน้อยกว่า 20 ซี่ ส่งผลให้ไม่สามารถเคี้ยวอาหารได้อย่างมีประสิทธิภาพ และอาจก่อให้เกิดปัญหาด้านโภชนาการตามมา ซึ่งล้วนส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ ขณะเดียวกัน โครงสร้างครอบครัวไทยได้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากอดีตอย่างเห็นได้ชัด จากรูปแบบครอบครัวขยายที่มีสมาชิกหลายชั่ววัยอาศัยอยู่ร่วมกันและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน กลายมาเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ส่งผลให้ผู้สูงอายุจำนวนหนึ่งต้องอยู่อาศัยตามลำพัง ขาดผู้ดูแลอย่างใกล้ชิด และอาจเผชิญกับปัญหาด้านจิตใจ เช่น ความรู้สึกโดดเดี่ยว ความเหงา หรือการมองว่าชีวิตของตนเองขาดคุณค่า สถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงความน่าเป็นห่วงของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน

ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจึงควรดำเนินการควบคู่ไปกับมาตรการทางสังคมของภาครัฐอย่างเป็นระบบ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง เหมาะสม และสอดคล้องกับความต้องการที่แท้จริง ผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการดูแลและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ สมาชิกในครอบครัว ชุมชน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ซึ่งมีภารกิจโดยตรงในการดูแล ส่งเสริม สนับสนุน และประสานความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายต่าง ๆ การดำเนินงานดังกล่าวควรมุ่งเน้นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีพื้นที่ในการเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน เช่น การพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นให้แก่คนรุ่นหลัง และการพัฒนาศักยภาพของตนเองในด้านต่าง ๆ ซึ่งถือเป็นการยกระดับการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุในระดับชุมชน อันจะช่วยให้ผู้สูงอายุตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของตนเองมากยิ่งขึ้น ในขณะเดียวกัน ชุมชนก็สามารถมองเห็นและประจักษ์ถึงศักยภาพ ความสามารถ และพลังของผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และมีความสุขอย่างยั่งยืน (สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย, 2567)

เทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ได้ดำเนินการจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุตามสิทธิที่ผู้สูงอายุพึงได้รับ ภายใต้พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 รวมถึงกฎหมายและระเบียบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยในปัจจุบันเทศบาลเมืองบึงกาฬมีจำนวนผู้สูงอายุที่อยู่ในความรับผิดชอบทั้งสิ้น 2,910 คน อย่างไรก็ตาม จากการดำเนินงานด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ผ่านมา พบว่ายังประสบปัญหาในด้านการให้บริการและการดูแลที่ไม่ทั่วถึง อีกทั้งยังไม่สามารถตอบสนองต่อความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุได้อย่างครอบคลุม ขณะเดียวกัน จำนวนผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ภาระด้านการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุมีความท้าทายมากยิ่งขึ้น ด้วยเหตุนี้ เทศบาลเมืองบึงกาฬจึงได้นำนโยบายและโครงการสร้างเสริมสุขภาพชีวิตของรัฐบาลมาปรับใช้และดำเนินการในพื้นที่ โดยมุ่งเน้นการให้บริการด้านสาธารณสุขแก่ผู้สูงอายุในชุมชนอย่างหลากหลายรูปแบบ รวมถึงการสนับสนุนด้านอาหารและน้ำดื่มให้แก่ชุมชนที่มีการจัดกิจกรรมเพื่อดูแลและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ทั้งนี้ กิจกรรมดังกล่าวอยู่ภายใต้กรอบของโครงการสร้างเสริมสุขภาพชีวิต ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในระดับชุมชน อย่างไรก็ตาม จากแนวโน้มจำนวนผู้สูงอายุในพื้นที่ที่มีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องแสวงหาแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบและรอบด้าน ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีคุณภาพ จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้สูงอายุย่อมเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในหลายมิติ ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ดังนั้น การเตรียมความพร้อมในการรองรับสังคมผู้สูงอายุจึงไม่ใช่หน้าที่ของภาครัฐเพียงฝ่ายเดียว แต่ยังรวมถึงบุตรหลาน บุคคลรอบข้าง และสังคมโดยรวมที่ต้องมีส่วนร่วมในการดูแลและสนับสนุนผู้สูงอายุร่วมกัน จากการพิจารณาสภาพคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาล

เมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ พบว่าบทบาทและความรับผิดชอบทางสังคมของผู้สูงอายุมีแนวโน้มลดลง อีกทั้งผู้สูงอายุจำนวนมากมีความเสี่ยงหรือประสบกับโรคเรื้อรังต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคข้อเสื่อม นอกจากนี้ ยังพบปัญหาการขาดการดูแลสุขภาพที่เหมาะสม อาทิ การไม่ได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างสม่ำเสมอ หรือการไม่ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง ผู้สูงอายุที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ เช่น ผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อม หรือผู้ที่จำเป็นต้องได้รับการดูแลจากบุคลากรทางการแพทย์ อาจยังไม่ได้รับการดูแลที่เหมาะสมเท่าที่ควร นอกจากนี้ ผู้สูงอายุจำนวนมากยังประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจ เนื่องจากไม่สามารถประกอบอาชีพได้ ขณะเดียวกันยังต้องเผชิญกับปัญหาความเสื่อมตามวัยและโรคเรื้อรัง เช่น ปัญหาด้านกระดูกและข้อ ปัญหาสุขภาพช่องปากและฟัน รวมถึงปัญหาด้านสายตา ซึ่งล้วนต้องการการดูแลอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งการขาดเครือข่ายทางสังคม เช่น การขาดการเยี่ยมเยียนหรือการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในระดับต่ำ ยังส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกเหงาและมีความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าได้ง่าย ด้านสภาพที่อยู่อาศัย พบว่าบ้านเรือนของผู้สูงอายุบางส่วนยังขาดความปลอดภัย เช่น ห้องน้ำและบันไดไม่มีราวจับ พื้นมีความลื่น หรือมีแสงสว่างไม่เพียงพอ ซึ่งเพิ่มความเสี่ยงต่อการหกล้มหรือการพลัดตกจากบันได ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพของผู้สูงอายุให้ลดลง ดังนั้น การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงจึงถือเป็นประเด็นสำคัญที่ทุกภาคส่วนจำเป็นต้องให้ความสำคัญและร่วมกันดำเนินการอย่างจริงจัง เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความมั่นคง และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรี (เทศบาลเมืองบึงกาฬ, 2568)

จากที่ได้กล่าวมาในข้างต้น แสดงให้เห็นถึงสถานการณ์และปัญหาที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ อย่างชัดเจน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ เพื่อให้ทราบถึงสภาพคุณภาพชีวิต ปัญหา และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในพื้นที่อย่างรอบด้าน ผลจากการวิจัยครั้งนี้ คาดว่าจะสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาและยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์และสมดุลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณค่า มีความสุข และได้รับการคุ้มครองทางสังคมอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังสามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลประกอบการกำหนดนโยบาย การวางแผน และการดำเนินงานด้านการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทและความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุในพื้นที่ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์อย่างยั่งยืนในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ที่จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ
3. เพื่อเสนอแนวทางส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ จำนวน 2,910 คน (เทศบาลเมืองบึงกาฬ, 2568)

กลุ่มตัวอย่าง (sample) ได้แก่ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ คำนวณหากลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการของยามาเน่ (Yamane, 1973) ได้กลุ่มตัวอย่าง 352 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) เพื่อใช้เก็บข้อมูลจาก กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ มีลักษณะเป็นคำถามแบบสอบถามรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ทั้ง 4 ด้าน 1) ด้านร่างกาย (Physical domain) 2) ด้านจิตใจ (Psychological domain) 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social relationships) 4) ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) โดยผู้ตอบแบบสอบถามจะต้องแสดงความคิดเห็นต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale) ซึ่งโดยทั่วไปจะกำหนดค่าน้ำหนักตามแบบของไลเคิร์ต (Likert's scale)

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับการแสดงความคิดเห็น และข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุต่อคุณภาพชีวิตในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ (Open ended Question)

3. การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ

3.1 ศึกษาค้นคว้าเอกสารวิชาการ ตำรางานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างแบบสอบถาม

3.2 สร้างแบบสอบถามฉบับร่าง โดยสร้างข้อคำถามตามกรอบแนวคิดที่กำหนดขึ้น

3.3 นำแบบสอบถามฉบับร่าง เสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขในด้านความเที่ยงตรง (Validity) ทั้งด้านความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ด้านรูปแบบ (Format) และภาษา (Wording) ที่ใช้ เกณฑ์การแปลความหมายค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถาม และจุดประสงค์ที่ยอมรับได้ต้องมีค่าตั้งแต่ 0.60 ขึ้นไป โดยได้ค่า IOC ระหว่าง 0.67 – 1.00

3.4 นำแบบสอบถามกลับไปปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญ

3.5 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลโนนสว่าง อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ซึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟา (Coefficient of Alpha) มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.894

3.6 จัดทำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ที่มีคุณลักษณะส่วนบุคคลต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

5.1 จัดทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยไปยังผู้นำชุมชนในแต่ละหมู่บ้าน เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการประชาสัมพันธ์การตอบแบบสอบถามแก่กลุ่มตัวอย่างตามวันและเวลาที่กำหนด

5.2 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่จัดเตรียมไว้ไปมอบให้แก่ผู้นำชุมชนตามวันและเวลาที่นัดหมาย พร้อมแนะนำตัวและชี้แจงวัตถุประสงค์ รวมถึงประโยชน์ของการวิจัย ขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล และมอบแบบสอบถามให้ผู้นำชุมชนนำไปแจกจ่ายแก่กลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งขอรับแบบสอบถามคืนตามวันและเวลาที่กำหนด

5.3 นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความครบถ้วนและความถูกต้องของข้อมูล จากนั้นดำเนินการลงรหัสข้อมูลเพื่อใช้ในการวิเคราะห์ต่อไป

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยเลือกเฉพาะวิธีวิเคราะห์ข้อมูล ที่สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้าและทดสอบสมมติฐาน ดังต่อไปนี้

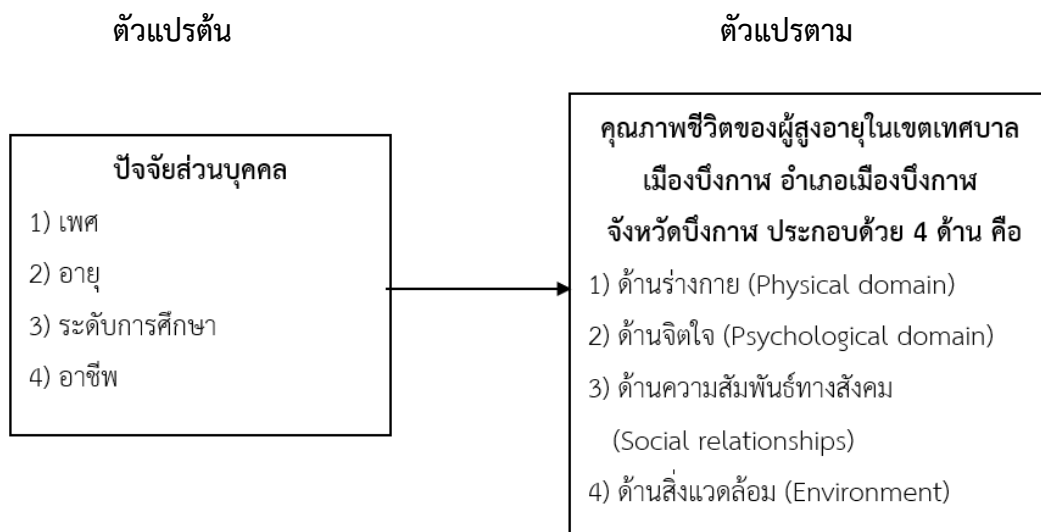
6.1 สถิติพรรณนา ได้แก่ จำนวน (n) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ใช้สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ รวมทั้งสรุปประเด็นสำคัญจากข้อเสนอแนะเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด

6.2 สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่

6.2.1 การใช้สถิติ t-test เพื่อทดสอบความแตกต่างหรือเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปร 2 กลุ่ม สำหรับการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ซึ่งจำแนกตามเพศ

6.2.2 การใช้สถิติ F-test เพื่อทดสอบความแตกต่างหรือเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรตั้งแต่ 3 กลุ่มขึ้นไป และในกรณีที่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จะดำเนินการทดสอบรายคู่เพิ่มเติมเพื่อพิจารณาว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มใดแตกต่างจากกลุ่มใด และแตกต่างกันในลักษณะใด โดยใช้วิธีการของเชฟเฟ (Scheffe’s method) สำหรับการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ซึ่งจำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.23 มีอายุ 60 – 69 ปี คิดเป็นร้อยละ 63.35 มีระดับการศึกษาประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 60.51 และ ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 57.39

2. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ

ตารางที่ 1 ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬโดยภาพรวม

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ด้านร่างกาย	4.54	0.32	มากที่สุด
2. ด้านจิตใจ	4.16	0.38	มาก
3. ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	4.12	0.52	มาก
4. ด้านสิ่งแวดล้อม	4.01	0.45	มาก
รวม	4.21	0.28	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.21$) และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านร่างกาย ($\bar{X} = 4.54$) รองลงมา คือ ด้านจิตใจ ($\bar{X} = 4.16$) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 4.01$) และวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็นแต่ละด้านได้ดังนี้

2.1 ด้านร่างกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.54$) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 2. ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตัวเองได้ดีเพียงใด ($\bar{X} = 4.71$) รองลงมา คือ ข้อ 6. ท่านไม่มีการเจ็บปวดทางร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ที่ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการได้ ($\bar{X} = 4.70$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 4. ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่านมากน้อยเพียงใด ($\bar{X} = 4.26$)

2.2 ด้านจิตใจ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.16$) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 12. ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด ($\bar{X} = 4.68$) รองลงมา คือ ข้อ 17. ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีความสุขสงบ (ความสงบสุขในจิตใจ) ($\bar{X} = 4.62$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 15. ท่านไม่มีความรู้สึก เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล ($\bar{X} = 3.59$)

2.3 ด้านสัมพันธภาพทางสังคม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.12$) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 29. ท่านมั่นใจว่าชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่มีความปลอดภัยต่อท่าน ($\bar{X} = 4.61$) รองลงมา คือ ข้อ 26. หากท่านป่วยหนัก ท่านเชื่อว่าครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี ($\bar{X} = 4.59$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 24. ท่านมีเพื่อนหรือคนอื่น ๆ ในสังคมคอยช่วยเหลือท่านในยามที่ต้องการ ($\bar{X} = 3.63$)

2.4 ด้านสิ่งแวดล้อม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.01$) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 31. ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดีในแต่ละวัน ($\bar{X} = 4.29$) รองลงมา คือ ข้อ 39. เมื่อท่านเดือดร้อนจะมีหน่วยงานในชุมชนมาช่วยเหลือดูแลท่าน ($\bar{X} = 4.16$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ 40. ท่านทราบและเข้าใจถึงปัญหาสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในปัจจุบัน ($\bar{X} = 3.83$)

3. ผลการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ที่จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ พบว่า โดยภาพรวมและรายด้าน โดยภาพรวมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ต่างกัน มีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน

4. ข้อเสนอแนะทางพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ได้แก่ 1) จัด “ชมรมผู้สูงอายุ” ที่มีการออกกำลังกาย เช่น แอโรบิก ไทเก๊ก โยคะ หรือ รำไม้พลอง 2) จัดเวทีให้ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิต ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น การสอนจักสาน ทอผ้า ทำอาหารพื้นเมือง 3) สนับสนุนให้มีชมรมผู้สูงอายุประจำชุมชน ที่มีกิจกรรมเป็นประจำ เช่น กีฬาพื้นบ้าน เต้นรำ รำไม้พลอง ทำสวนสมุนไพร ฯลฯ และ 4) พัฒนาพื้นที่นันทนาการ เช่น ลานออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ โดยใช้เครื่องออกกำลังกายที่ปลอดภัย

อภิปรายผล

1. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านร่างกาย รองลงมา คือ ด้านจิตใจ และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านสิ่งแวดล้อม สาเหตุที่ผลการศึกษาเป็นไปในลักษณะดังกล่าว อาจเนื่องมาจากเทศบาลเมืองบึงกาฬมีนโยบายและโครงการที่มุ่งส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง อาทิ การจัดตั้งศูนย์บริการผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ การให้บริการตรวจสุขภาพประจำปี ตลอดจนการสนับสนุนด้านสวัสดิการต่าง ๆ ที่เอื้อต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ นอกจากนี้ สภาพแวดล้อมภายในเขตเทศบาลยังมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาด และปลอดภัย มีสวนสาธารณะและทางเดินเท้าที่เหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงอายุ รวมถึงการเข้าถึงบริการสาธารณสุขมูลฐานและบริการสาธารณสุขที่มีความสะดวกและครอบคลุม ขณะเดียวกัน วัฒนธรรมและวิถีชีวิตของชุมชนท้องถิ่นที่ให้ความเคารพและยกย่องผู้สูงอายุ ประกอบกับความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นภายในครอบครัว อาจเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกถึงคุณค่าในตนเอง ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว และมีโอกาสในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนอย่างต่อเนื่อง ผู้สูงอายุในพื้นที่ยังมีการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา กิจกรรมทางวัฒนธรรม หรือกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งล้วนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความสุข ความภาคภูมิใจ

และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม นอกจากนี้ โรงพยาบาลและสถานบริการสาธารณสุขในเขตเทศบาลอาจมีระบบการดูแลสุขภาพที่มีประสิทธิภาพ มีบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขที่ให้ความเอาใจใส่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงการบริการด้านสุขภาพได้อย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้จึงมีส่วนสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีในภาพรวม ผลการศึกษาในครั้งนี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของมลฤดี เหมนิล และบุญเหลือ บุษปามาลา (2562) ซึ่งได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตตำบลหมากหญ้า อำเภอหนองวัวซอ จังหวัดอุดรธานี โดยผลการศึกษพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในพื้นที่มีการดำรงชีวิตที่อยู่ในเกณฑ์ดีทั้งในมิติด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้ ด้านที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุมากที่สุดคือด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ เช่น ความปลอดภัยของที่อยู่อาศัย การเข้าถึงบริการสาธารณสุข และความเป็นระเบียบเรียบร้อยของชุมชน รองลงมาคือด้านสัมพันธภาพทางสังคม ซึ่งบ่งชี้ว่าการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวและชุมชน มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่า ลดความโดดเดี่ยว และเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ ตามมาด้วยด้านสุขภาพจิตและด้านสุขภาพกายตามลำดับ นอกจากนี้ ผลการศึกษาในครั้งนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของสหัสพงศ์ ธนสิทธิ์ และสุป็น สมสาร (2562) ซึ่งได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าหนองพันทา อำเภอไชยพิสัย จังหวัดบึงกาฬ โดยผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับยอดเยี่ยม แสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของการจัดการดูแลผู้สูงอายุในระดับท้องถิ่นที่มีความเข้มแข็งและเป็นระบบ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอยู่ในอันดับสูงสุด สะท้อนให้เห็นว่าการส่งเสริมกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน มีบทบาทสำคัญต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ รองลงมาคือด้านสภาพแวดล้อม ซึ่งแสดงถึงความสำคัญของสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ ขณะที่ด้านสภาพจิตใจและด้านสภาพร่างกายของมนุษย์อยู่ในลำดับถัดมา แสดงให้เห็นว่าการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมมีส่วนช่วยสนับสนุนคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในทุกมิติ อีกทั้ง ผลการศึกษายังมีความสอดคล้องกับงานศึกษาวิจัยของณัฏฐกัญญ์ อ่องเอื้อ (2564) ซึ่งได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบ้านสวน จังหวัดชลบุรี โดยผลการศึกษพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ เนื่องจากเทศบาลเมืองบ้านสวนให้ความสำคัญกับการดูแลและเอาใจใส่ผู้สูงอายุในพื้นที่อย่างจริงจัง โดยมีการกำหนดนโยบายและมอบหมายเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยตรง ทำให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างต่อเนื่องและสอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อสภาพที่อยู่อาศัยที่ถูกสุขลักษณะ มีสภาพแวดล้อมของชุมชนที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต รวมถึงมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและสามารถดูแลตนเองได้ในระดับที่เหมาะสม โดยสรุป งานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวสะท้อนให้เห็นตรงกันว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในพื้นที่ต่าง ๆ อยู่ในระดับดีถึงดีมาก โดยเฉพาะในบริบทของพื้นที่ที่มีการจัดสวัสดิการ การดูแลสุขภาพ และการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ ทั้งนี้ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมถือเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาในครั้งนี้ และสามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลสนับสนุนในการพัฒนาแนวทางและนโยบายด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในระดับท้องถิ่นต่อไปในอนาคต

2. ผลการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ที่จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ พบว่า โดยภาพรวมและรายด้าน โดยภาพรวมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ต่างกัน มีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน การที่ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ต่างกัน แต่กลับมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกันนั้น อาจเป็นเพราะปัจจัยหรือเหตุผลหลายประการร่วมกัน เช่น ผู้สูงอายุในพื้นที่อาจได้รับการด้านสาธารณสุข สวัสดิการ และการดูแลจากภาครัฐอย่างทั่วถึง เช่น การได้รับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพจากหน่วยบริการสุขภาพในชุมชน ชุมชนอาจมีความสัมพันธ์ที่ดี การช่วยเหลือกันภายในครอบครัวหรือเพื่อนบ้าน ซึ่งส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าและมีความสุข แม้มีพื้นฐานชีวิตที่แตกต่างกัน วัฒนธรรมในพื้นที่อาจให้ความสำคัญกับการเคารพผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกเป็นที่ยอมรับ มีคุณค่า และมีความสุขในการใช้ชีวิต รวมถึงผู้สูงอายุอาจมีความพึงพอใจในชีวิตตามบริบทของตนเองและไม่ตั้งความคาดหวังไว้สูง จึงรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตของตนไม่ด้อยกว่าผู้อื่น ผลการวิจัยดังกล่าวมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของมลฤดี เหมนิล และบุญเหลือ บุษปามาลา (2562) ซึ่งได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตตำบลหมากหญ้า อำเภอหนองวัวซอ จังหวัดอุดรธานี โดยมุ่งเน้นการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ

รายได้ต่อเดือน สถานภาพสมรส และการมีผู้ดูแล ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีลักษณะปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันในด้านดังกล่าว มีความคิดเห็นต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สะท้อนให้เห็นว่าปัจจัยส่วนบุคคลเหล่านี้ อาจไม่ใช่ปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ หากแต่คุณภาพชีวิตอาจได้รับอิทธิพลจากปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม การสนับสนุนทางสังคม และการเข้าถึงบริการสาธารณสุขมากกว่า นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของพลอยพรรณ คำสีลา และบุญเหลือ บุญพามา (2568) ที่ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ได้รับเงินเบี้ยยังชีพในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลดงเย็น อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี โดยทำการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อจำแนกตามเพศ อายุ อาชีพ และจำนวนสมาชิกในครอบครัว ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่มีลักษณะปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันดังกล่าว มีคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้ อาจสะท้อนให้เห็นว่าการได้รับสวัสดิการขั้นพื้นฐานจากภาครัฐ เช่น เงินเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ มีส่วนช่วยลดความเหลื่อมล้ำด้านเศรษฐกิจและส่งเสริมความมั่นคงในการดำรงชีวิต ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตในระดับใกล้เคียงกัน แม้ว่าจะมีความแตกต่างในด้านเพศ อายุ หรือบทบาททางอาชีพก็ตาม อีกทั้ง ผลการศึกษายังมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของปนัดดา วิชาราช และสุปัน สมสาร (2565) ซึ่งได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลนาจัว อำเภอน้ำโสม จังหวัดอุดรธานี โดยทำการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อจำแนกตามเพศ กลุ่มอายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศ กลุ่มอายุ และระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน มีคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการศึกษาดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าการจัดบริการและกิจกรรมด้านการดูแลผู้สูงอายุในระดับท้องถิ่นที่มีความทั่วถึงและต่อเนื่อง อาจมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงทรัพยากรและการสนับสนุนทางสังคมอย่างเท่าเทียม ส่งผลให้ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไม่แตกต่างกันอย่างชัดเจนตามปัจจัยส่วนบุคคล โดยสรุป ผลการศึกษาที่สอดคล้องกันของงานวิจัยหลายชิ้นดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ หรือสถานภาพทางครอบครัว อาจไม่ใช่ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยตรง หากแต่การสนับสนุนจากภาครัฐ การจัดสวัสดิการทางสังคม การเข้าถึงบริการด้านสุขภาพ รวมถึงสภาพแวดล้อมและความเข้มแข็งของชุมชน ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่มีบทบาทต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาพรวม

สรุปผลการวิจัย

1. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านร่างกายรองลงมาคือ ด้านจิตใจ และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านสิ่งแวดล้อม
2. ผลการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ โดยภาพรวมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ต่างกัน มีคุณภาพชีวิต ไม่แตกต่างกัน
3. ข้อเสนอแนะทางพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ได้แก่ จัดชมรมผู้สูงอายุที่มีการออกกำลังกาย เช่น แอโรบิก ไทเก็ก โยคะ หรือ รำไม้พลอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยในครั้งนี้ไปใช้

1.1 พัฒนา ปรับปรุง และดูแลรักษาสวนสาธารณะ พื้นที่สีเขียว และลานกิจกรรมในชุมชนให้มีความร่มรื่น สะอาด และปลอดภัย เพื่อเป็นแหล่งพักผ่อนหย่อนใจและสถานที่สำหรับการออกกำลังกายของผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไป โดยคำนึงถึงการออกแบบที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ เช่น การจัดให้มีทางเดินที่เรียบ ปลอดภัย มีราวจับ ทางลาดสำหรับผู้พิการหรือผู้ที่มีข้อจำกัดด้านการเคลื่อนไหว รวมถึงการจัดที่นั่งพักเป็นระยะ เพื่ออำนวยความสะดวกและลดความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ

1.2 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดการขยะมูลฝอยในชุมชนอย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ เช่น การรณรงค์ให้ประชาชนแยกขยะตั้งแต่ต้นทาง การนำขยะกลับมาใช้ประโยชน์หรือรีไซเคิล และการจัดเก็บขยะตามวันและเวลาที่กำหนดอย่างสม่ำเสมอ ควบคู่กับการตรวจสอบและควบคุมคุณภาพน้ำประปาและแหล่งน้ำสาธารณะให้มีความสะอาดและปลอดภัยต่อการอุปโภคบริโภค รวมทั้งรณรงค์ลดมลพิษทางอากาศ เช่น การลดการเผาขยะในที่โล่ง การส่งเสริมการใช้พลังงานสะอาด และการสร้างความตระหนักรู้ด้านสิ่งแวดล้อมแก่ประชาชนในชุมชน

1.3 สนับสนุนการจัดตั้งกลุ่มอาสาสมัครผู้สูงอายุด้านการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมในชุมชน เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการอนุรักษ์และพัฒนาสภาพแวดล้อมรอบตัว พร้อมทั้งจัดกิจกรรมอบรมและให้ความรู้ด้านสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น การอยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างเกื้อกูล การใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่าและยั่งยืน การดูแลสุขภาพควบคู่กับการรักษาสิ่งแวดล้อม เพื่อเสริมสร้างบทบาทและคุณค่าให้ผู้สูงอายุในสังคม

1.4 ส่งเสริมให้มีพื้นที่สำหรับการพักผ่อนทางจิตใจและการผ่อนคลายอารมณ์ของผู้สูงอายุ เช่น การจัดศาลาพักผ่อน มุมอ่านหนังสือ หรือพื้นที่สงบภายในสวนสาธารณะ ควบคู่กับการพัฒนาแหล่งเรียนรู้ในชุมชน เช่น ศูนย์ผู้สูงอายุ หรือศูนย์การเรียนรู้ชุมชน ให้เป็นพื้นที่ในการพบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์ และทำกิจกรรมร่วมกัน อันจะช่วยเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุอย่างรอบด้าน

2. ข้อเสนอแนะด้านการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงลึก เช่น การสัมภาษณ์

2.2 ควรทำการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ เพิ่มเติม เช่น ศึกษาระดับความเหงา ความวิตกกังวล หรือภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ

2.3 ควรศึกษาการมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ

เอกสารอ้างอิง

ณัฐกันย์ อ่องเอื้อ. (2564). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบ้านสวน จังหวัดชลบุรี*. (วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ, มหาวิทยาลัยบูรพา).

เทศบาลเมืองบึงกาฬ. (2568). *ข้อมูลพื้นฐาน*. เทศบาลเมืองบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ.

พลอยพรรณ คำสีลา และบุญเหลือ บุปผามาลา. (2568). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ได้รับเงินเบี้ยยังชีพในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลดงเย็น อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี*. (รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, วิทยาลัยพิษณุบัณฑิต).

ปนัดดา วิชาราช และสุป็น สมสาร. (2565). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลนาหว้า อำเภอโนนสะอาด จังหวัดอุดรธานี*. รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, วิทยาลัยพิษณุบัณฑิต).

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.).(2564). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2563*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากร และสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล.

มลฤดี เหมนิล และบุญเหลือ บุปผามาลา. (2562). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตตำบลหมากหญ้า อำเภอหนองวัวซอ จังหวัดอุดรธานี*. (รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, วิทยาลัยพิษณุบัณฑิต).

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย.(2563). *รายงานการสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุไทย ปี 2563.สำนักส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มอนามัยผู้สูงอายุ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข*. โรงพิมพ์วัชรินทร์ พี.พี.

สหสพงศ์ ธนสิทธิ์ และสุป็น สมสาร. (2562). *คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในองค์การบริหารส่วนตำบลท่าหนองพันท้าวอำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ*. (รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, วิทยาลัยพิษณุบัณฑิต).

Taro Yamane. (1973). *Statistics: An Introductory Analysis*. 3rd Ed. New York.