

ระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์

Quality of Life of the Elderly in Khao Din Nuea Subdistrict,

Ban Kruat District, Buriram Province

จิราพร โคประโคน¹, พิชดา สีตา², รัตน์ติกา ห่วงพิมาย³, สุภาวดี เขียมรัมย์⁴

วิชญ์ ปัญญาพงศ์⁵ และ สถาพร วิชัยรัมย์⁶

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ และศึกษาแนวทางการจัดการปัญหาเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณใช้แนวคิดคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นกรอบการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน ใช้วิธีคัดเลือกโดยใช้สุทธทาไร่ ยามาเน่ แล้วใช้วิธีสุ่มเชิงช่วงชั้นอย่างมีสัดส่วนตามหมู่บ้านต่างๆ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71 ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูงทุกด้าน โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67 ส่วนแนวทางการจัดการปัญหาเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จำเป็นต้องมีการบูรณาการความร่วมมือจากหลายภาคส่วน ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และชุมชน เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีทั้งกายและใจ มีความสุขกับชีวิต และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณภาพต่อไป

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, องค์การบริหารส่วนตำบล

¹ นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ E-mail: 640112801022@bru.ac.th

² นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ E-mail: 640112801036@bru.ac.th

³ นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ E-mail: 640112801040@bru.ac.th

⁴ นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ E-mail: 640112801049@bru.ac.th

⁵ อาจารย์ ดร. สาขาวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ E-mail: wisanu.py @bru.ac.th

⁶ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ E-mail: sathaporn.wc @bru.ac.th

Abstract

The objectives of this research paper are to study the quality of life of the elderly in Khao Din Nuea Sub-district Administrative Organization, Ban Krat District, Buriram Province. To study the factors that affect the quality of life of the elderly in Khao Din Nuea Sub-district Administrative Organization. and to study the approach to managing problems related to the quality of life of the elderly in the Khao Din Nuea Sub-district Administrative Organization. Ban Krat District, Buriram Province. The research model is quantitative research, using the concept of quality of life of the elderly as the research framework. A sample of 300 people used the selection method using the Taro Yamane formula and then used the proportional strata random method in each village. The tool used in the research was a questionnaire to analyze the data using basic statistics such as frequency, percentage, mean, and standard deviation.

The results showed that: The quality of life of the elderly in Khao Din Nuea Sub-district, Ban Krat District, Buriram Province was found to be high overall, with an average value of 3.71. Factors affecting the quality of life of the elderly were found to be high overall, with an average value of 3.67. Guidelines for managing problems regarding the quality of life of the elderly was found that the improvement of the quality of life of the elderly It is necessary to integrate cooperation from many sectors, including the government, private sector, and the community, to encourage the elderly to have good physical and mental health. Happy with life and can continue to live a quality life.

Keywords : Quality of life, Elderly, Subdistrict Administration Organization

บทนำ

จากความสำเร็จก้าวหน้าของเทคโนโลยีทางการแพทย์ ประกอบกับกระแสโลกาภิวัตน์ (Globalization) ที่เป็นปัจจัยนำเข้า (Input) ก่อให้เกิดกระบวนการ (Process) การเปลี่ยนแปลงของประชากร (demographic Transition) ซึ่งส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ของโครงสร้างทางอายุของประชากรเป็นผล (Output) ให้สัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ในขณะที่ประชากรวัยเด็กลดลง การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ก่อให้เกิดภาวะสังคมสูงวัย (Aging Society) ส่งผลกระทบ (Feed Back) ทำให้สถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบันเพิ่มจำนวนมากขึ้นอย่างมหาศาลโดยซึ่งองค์การอนามัยโลกได้เคยคาดการณ์ไว้ว่าจำนวนประชากรของผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจาก ประชากรสูงอายุที่เคยมีอยู่ประมาณ 703 ล้านคนทั่วโลกเพิ่มเป็น 1,500 ล้านคนในช่วงปี 2020-2050 ของประชากรทั้งโลก การเพิ่มขึ้นอย่างมากมาของประชากรสูงอายุเมื่อเทียบกับช่วงกลุ่มอายุอื่นๆ นับเป็นปรากฏการณ์ที่น่าจับตามองสำหรับประเทศต่างๆ ทั่วโลก แม้แต่ในอาเซียนเองที่มีประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 73 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 11 ของประชากรทั้งหมดอาเซียน (ศักดิ์ดา ธานีรินทร์ และคณะ, 2565) สภาพการณ์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน 4 ด้าน ได้แก่

1) ด้านร่างกาย ปัญหาสุขภาพเรื้อรัง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักเผชิญตามปัญหาสุขภาพเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน 2) ด้านจิตใจ ภาวะซึมเศร้า ภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาสุขภาพจิตที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ และส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตอย่างมาก 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม การเปลี่ยนแปลงบทบาท เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ บทบาทในสังคมจะเปลี่ยนแปลงไป ส่งผลต่อความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง 4) ด้านสภาพแวดล้อม การเข้าถึงบริการสาธารณะ: ผู้สูงอายุบางคนอาจมีข้อจำกัดในการเข้าถึงบริการสาธารณะ เช่น การคมนาคมขนส่ง และสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ

ปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว โดยสถิติผู้สูงอายุพบว่าประชากรผู้สูงอายุชาย 5,720,723 คิดเป็นร้อยละ 43.98% หญิง 7,285,770 คิดเป็นร้อยละ 56.02% และมีแนวโน้มที่จะมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง สถานการณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะต้องได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ครอบคลุมปัจจัยทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสภาพแวดล้อม โดยในการพัฒนาทุกด้านล้วนมีความสัมพันธ์ต่อคุณภาพชีวิตที่ส่งผลต่อปัจจัยการพัฒนาผู้สูงอายุการเข้าถึงบริการสุขภาพการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตใจเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุคโลกาภิวัตน์ในปัจจุบัน การเสริมสร้างกิจกรรมของผู้สูงอายุให้มีสภาพแวดล้อมเพื่อประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจึงมีความสัมพันธ์ต่อการพัฒนาเป็นอย่างมาก

องค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุในปี พ.ศ. 2567 จำนวน 1,133 คน (สำนักบริหารการทะเบียนกรมการปกครอง, 2566) และมีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้นทุกๆปี เช่นเดียวกับประชากรไทยในอนาคตว่าสังคมไทยกำลังเป็นสังคมผู้สูงอายุการที่ผู้สูงอายุมีอัตราเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ส่งผลให้เกิดปัญหาหลายด้านตามมา (ปิยพร เวียงสมุทร, 2558) จากการที่รัฐได้มีการออกแบบนโยบายต่าง ๆ มากมายที่ให้การช่วยเหลือแต่ผู้สูงอายุในเขตตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ก็ยังประสบปัญหาของค่าครองชีพที่ไม่พอใช้จ่าย การไม่เหลียวแลจากบุตรหลาน ดังนั้น ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ยังถูกมองข้ามจากหลายหน่วยงาน การศึกษาวิจัยผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งที่ต้องการหาแนวทางในการช่วยเหลือผู้สูงอายุจากความรู้สึก ความต้องการของผู้สูงอายุ เพื่อการเข้าถึงปัญหาอย่างแท้จริง เพื่อที่จะให้ผู้สูงอายุเหล่านี้ได้มีจุดยืนในสังคมและหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องพร้อมที่จะช่วยเหลือและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างจริงจัง

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุสุขภาพกายและจิตใจที่แข็งแรง มีความสัมพันธ์ทางสังคม และอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี เอื้อประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตำบลเขาดินเหนืออย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์

2. เพื่อศึกษาระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์

3. เพื่อศึกษาแนวทางการจัดการปัญหาเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ซูติมณท์ แรกขาว (2563) ได้กล่าวถึงคุณภาพชีวิตไว้ว่า ระดับการดำรงชีวิตของมนุษย์ที่เป็นผลทั้งในเชิงกายวิสัย อุตวิสัย ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง โดยจะมีคุณภาพชีวิตระดับใดนั้น สามารถเปรียบเทียบเครื่องมือชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL-BREFTHAI) โดยแบ่งเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านร่างกาย (physical domain) คือ การรับรู้สภาพทางร่างกายของบุคคลซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบาย ไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้ การรับรู้ถึงพลังกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น การรับรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการทำงาน

2. ด้านจิตใจ (psychological domain) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเองเช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำสมาธิ การตัดสินใจ และความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความเศร้า หรือกังวล การรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อต่าง ๆ ของตน ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ถึงความเชื่อด้านวิญญาณ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่ออื่น ๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิต มีผลต่อการเอาชนะอุปสรรค

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าตนได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศ หรือการมีเพศสัมพันธ์

4. ด้านสิ่งแวดล้อม (environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่าตนมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต การรับรู้ว่าได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่างๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน สถานบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ว่าตนมีโอกาสที่จะ ได้รับข่าวสาร หรือฝึกฝนทักษะต่าง ๆ การรับรู้ว่าตนได้มีกิจกรรมสันทนาการ และมีกิจกรรมในเวลาว่าง

ทวิมัย อุดชาชน (2566) ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

1. ด้านร่างกาย หมายถึง สุขภาพที่ดีการรับรู้ด้านร่างกายของบุคคลที่มีผลต่อชีวิตประจำวันเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ การรับรู้ถึงความรู้สึกลักษณะมีสุขภาพร่างกายที่ดีไม่มีความเจ็บปวด รู้จักดูแลสุขภาพร่างกายตนเองได้ การยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ปรับตัวให้เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ การรู้จักประเมินตนเอง มีผลกำลังในการดำเนินชีวิต
2. ด้านจิตใจ หมายถึง จิตใจของผู้สูงอายุทั้งบวกและลบของบุคคลอื่นมีต่อตนเอง ตลอดจนการตัดสินใจ ความจำ ความคิด และความสามารถในการศึกษาเรียนรู้เรื่องราวและหาประสบการณ์ต่างๆ เพิ่มเติมในการดำรงชีวิต
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม หมายถึง ความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับคนในครอบครัวและคนรอบข้าง การให้ความช่วยเหลือผู้อื่น รวมทั้งการที่ได้รับความช่วยเหลือจากคนในชุมชนเพื่อนบ้าน
4. ด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง องค์ประกอบที่มีผลต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เช่น ผู้สูงอายุ มีการใช้ชีวิตอย่างอิสระ ปลอดภัย และมีความมั่นคงในชีวิต อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีปลอดภัยจากมลพิษต่าง ๆ มีการเดินทางไปที่สะดวก

แนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

World Health Organization. (2015). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพผู้สูงอายุ มี 4 ประการ ดังนี้

1. การเข้าถึงบริการสุขภาพที่ครอบคลุม การปรับปรุงระบบบริการสุขภาพ: ให้บริการที่ตอบสนองความต้องการเฉพาะของผู้สูงอายุ เช่น การตรวจสุขภาพประจำปี การดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง และการฟื้นฟูสมรรถภาพ ส่งเสริมการดูแลที่บ้าน สนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลที่บ้านโดยมีบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขเข้าไปให้บริการ พัฒนายาและเทคโนโลยีทางการแพทย์ เพื่อรักษาและป้องกันโรคที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ
2. การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการอยู่อาศัย การปรับปรุงโครงสร้างพื้นฐาน เช่น การสร้างทางเดินสำหรับผู้สูงอายุ การติดตั้งอุปกรณ์ช่วยเหลือในที่สาธารณะ การออกแบบที่อยู่อาศัย ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น การลดขั้นบันได การติดตั้งราวจับ การสร้างชุมชนที่เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันส่งเสริมให้มีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น กลุ่มเรียน กลุ่มออกกำลังกาย
3. การส่งเสริมความรู้และทักษะ การให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ เพื่อให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้อง การส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาทักษะและความรู้ใหม่ๆ การสนับสนุนการทำงาน สำหรับผู้สูงอายุที่ยังมีความสามารถในการทำงาน
4. การให้ความช่วยเหลือทางการเงิน การเพิ่มเบี้ยยังชีพ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้เพียงพอต่อการดำรงชีวิต การให้เงินอุดหนุนเบี้ยต่ำ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถปรับปรุงบ้านหรือซื้ออุปกรณ์ช่วยเหลือ การส่งเสริมการออม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว

ในการศึกษาเกี่ยวกับ “คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตตำบลเขาหินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์” ผู้ศึกษาได้วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับปัจจัยต่าง ๆ กำหนดขอบเขตการศึกษา ประกอบด้วย

ตัวแปรอิสระ คือ ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา และอาชีพ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจและสังคม ได้แก่ ความสามารถในการใช้จ่าย ลักษณะการอยู่อาศัยในครอบครัว การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม และการได้รับสวัสดิการกองทุนผู้สูงอายุ ตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิต ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสภาพแวดล้อม

แนวคิดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2563)

1. การเข้าถึงบริการสุขภาพที่ครอบคลุม การปรับปรุงระบบบริการสุขภาพ ให้บริการที่ตอบสนองความต้องการเฉพาะของผู้สูงอายุ เช่น การตรวจสุขภาพประจำปี การดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง และการฟื้นฟูสมรรถภาพ ส่งเสริมการดูแลที่บ้าน สนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลที่บ้านโดยมีบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขเข้าไปให้บริการ พัฒนายาและเทคโนโลยีทางการแพทย์ เพื่อรักษาและป้องกันโรคที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ

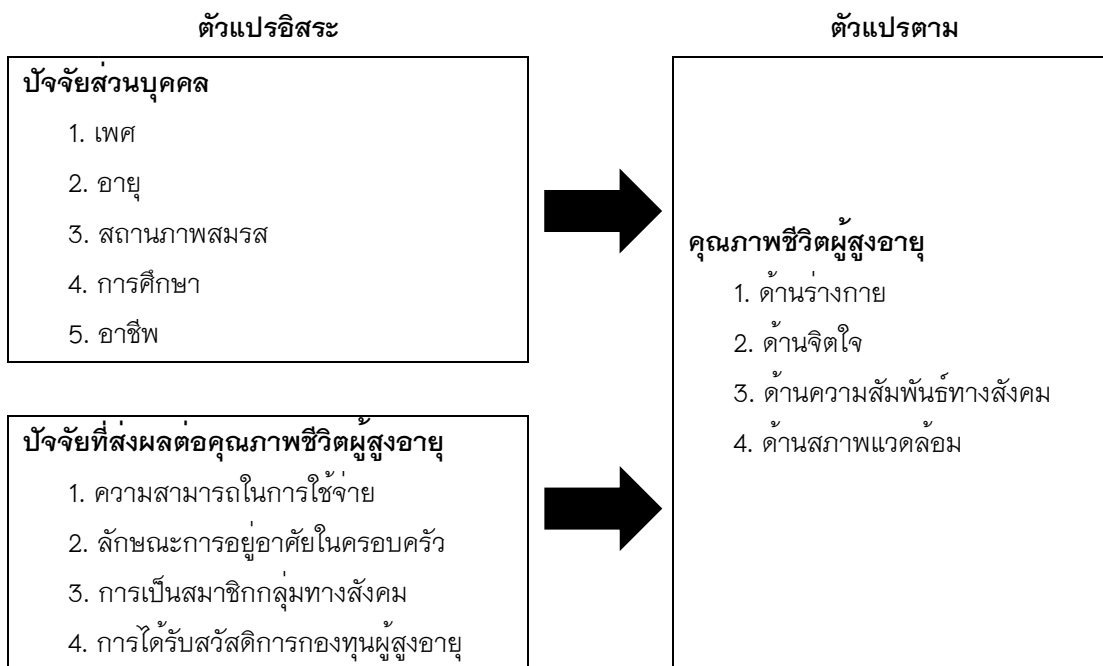
2. การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการอยู่อาศัย การปรับปรุงโครงสร้างพื้นฐาน เช่น การสร้างทางเดินสำหรับผู้สูงอายุ การติดตั้งอุปกรณ์ช่วยเหลือในที่สาธารณะ การออกแบบที่อยู่อาศัย ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น การลดขั้นบันได การติดตั้งราวจับ การสร้างชุมชนที่เอื้อต่อการอยู่ร่วมกัน ส่งเสริมให้มีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น กลุ่มเรียน กลุ่มออกกำลังกาย

3. การส่งเสริมความรู้และทักษะ การให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ เพื่อให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้อง การส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต: เพื่อให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาทักษะและความรู้ใหม่ๆ การสนับสนุนการทำงานสำหรับผู้สูงอายุที่ยังมีความสามารถในการทำงาน

4. การให้ความช่วยเหลือทางการเงิน การเพิ่มเบี้ยยังชีพ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้เพียงพอต่อการดำรงชีวิต การให้เงินกู้ดอกเบี้ยต่ำเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถปรับปรุงบ้านหรือซื้ออุปกรณ์ช่วยเหลือ การส่งเสริมการออม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว

กรอบแนวคิดการวิจัย

งานวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยตามแนวคิดทฤษฎีของ มันทอร์ ดอเลาะ (2559) หรินทร์ ใจหนัก (2560) อุษา จูฑะสุวรรณศิริ และ ศศิธร เทียมถนอม (2564) และ หริมนัย อุตชาชน (2566) ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ พื้นที่วิจัย คือเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ ประชากร คือ ผู้สูงอายุในตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 1,133 คน (สำนักบริหารการทะเบียนกรมการปกครอง, 2566) กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ ทาโรยามาเน (Yamane, 1973; ประเวศน์ มหารัตน์สกุล, 2561) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 296 คน โดยผู้วิจัยขอเพิ่มเป็น 300 คน แล้วจึงใช้วิธีการคัดเลือกแบบสุ่มเชิงช่วงชั้นอย่างมีสัดส่วน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 4 ขั้นตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list) ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประกอบด้วย รายได้ ลักษณะการอยู่อาศัยในครอบครัว การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม การได้รับสวัสดิการกองทุนผู้สูงอายุอาชีพเดิมของผู้สูงอายุ ลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นคำถามแบบประเมินผลโดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ส่วน

ประมาณค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด จำนวน 4 ด้าน ในแต่ละด้านมีด้านละ 5 ข้อ รวมจำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุในเขตตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์

การวิจัยครั้งนี้ตรวจสอบความถูกต้องและความเที่ยงตรงของเนื้อหา และความครอบคลุมตามที่ต้องการศึกษา ตามวัตถุประสงค์แล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม (Index of item Objective Congruence : IOC) ได้ค่า IOC = ระหว่าง 0.66 – 1.00 ทุกข้อ

นำแบบสอบถามที่ได้ไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ในเขตตำบลโคกสนวน อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดบุรีรัมย์ เพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือ โดยการหาค่าความเที่ยงหรือความเชื่อถือได้ของแบบสอบถาม เท่ากับ 0.779 ซึ่งถือว่าแบบสอบถามนี้มีความเชื่อถือได้ สามารถนำไปเก็บข้อมูลจริงต่อไป (วิระยุทธ พรพจน์ธนาศ, 2566) การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ประกอบด้วย ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม แสดงค่าความถี่ และอัตราส่วนร้อยละ ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

รายการปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (N=300)	
	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	125	41.67
หญิง	175	58.33
2. อายุ		
60-69 ปี	166	55.33
70-79 ปี	84	28.00
80-89 ปี	49	16.33
90 ปีขึ้นไป	1	0.33
3. สถานภาพสมรส		
สมรส	195	65.00
โสด	11	3.67
หย่าร้าง	37	12.33
หม้าย	57	19.00

รายการปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (N=300)	
	จำนวน	ร้อยละ
4. ระดับการศึกษา		
ระดับประถมศึกษาตอนต้น	200	66.33
ระดับประถมศึกษาตอนปลาย	44	14.67
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	22	7.33
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า	26	9.00
ระดับอนุปริญาตรี	3	1.00
ระดับปริญาตรี หรือเทียบเท่า	5	1.67
5. อาชีพ		
เกษตรกร	211	70.33
รับจ้างทั่วไป	51	16.67
ธุรกิจส่วนตัว	2	1.00
ว่างงาน	36	12.00

จากตารางที่ 1 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีจำนวน 175 คน คิดเป็นร้อยละ 58.33 มีอายุระหว่าง 60-69 ปี จำนวน 166 คิดเป็นร้อยละ 55.33 มีสถานภาพสมรส จำนวน 195 คน คิดเป็นร้อยละ 65.00 มีระดับการศึกษาในระดับประถมศึกษาตอนต้น จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 66.33 ประกอบ อาชีพเกษตรกร จำนวน 211 คิดเป็นร้อยละ 70.33

วัตถุประสงค์ที่ 1 ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

รายการ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (N=300)			
	($\bar{X}$)	S.D.	การแปลผล	อันดับ
1. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.84	0.386	สูง	1
2. ด้านจิตใจ	3.70	0.688	สูง	2
3. ด้านสภาพแวดล้อม	3.65	0.612	สูง	3
4. ด้านร่างกาย	3.64	0.690	สูง	4
รวม	3.71	0.594	สูง	

จากตารางที่ 2 พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71 ($\bar{X} = 3.71$, S.D. = 0.594) เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูงทุกด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ได้ดังนี้ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม มีค่าเฉลี่ยสูงสุด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84 ($\bar{X} = 3.84$, S.D. = 0.386) รองลงมา ได้แก่ ด้านจิตใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.70 ($\bar{X} = 3.70$, S.D. = 0.688) ด้านสิ่งแวดล้อม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.65 ($\bar{X} = 3.65$, S.D. = 0.612) และสุดท้าย ได้แก่ ด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 ($\bar{X} = 3.64$, S.D. = 0.690)

วัตถุประสงค์ที่ 2 ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

รายการ ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (N=300)			
	($\bar{X}$)	S.D.	การแปลผล	อันดับ
1. ลักษณะการอยู่อาศัยในครอบครัว	3.89	1.578	สูง	1
2. การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม	3.72	0.654	สูง	2
3. ความสามารถในการใช้จ่าย	3.61	0.720	สูง	3
4. การได้รับสวัสดิการกองทุนผู้สูงอายุ	3.47	0.876	สูง	4
รวม	3.67	0.957	สูง	

จากตารางที่ 3 พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67 ($\bar{X} = 3.67$, S.D. = 0.957) เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูงทุกด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ได้ดังนี้ ลักษณะการอยู่อาศัยในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยสูงสุด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.89 ($\bar{X} = 3.89$, S.D. = 1.578) รองลงมา ได้แก่ การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.72 ($\bar{X} = 3.72$, S.D. = 0.654) ความสามารถในการใช้จ่าย โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ($\bar{X} = 3.61$, S.D. = 0.720) และสุดท้าย ได้แก่ การได้รับสวัสดิการกองทุนผู้สูงอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.47 ($\bar{X} = 3.47$, S.D. = 0.876)

วัตถุประสงค์ที่ 3 ศึกษาแนวทางการจัดการปัญหาเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหนียว อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความเห็นสอดคล้องกัน โดยลำดับที่ 1 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ควรเน้นการพัฒนาใน

การออกกำลังกาย โดยการจัดทำกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุด้วยการออกกำลังกายที่ทำให้กล้ามเนื้อยืดหยุ่น สัปดาห์ละ 1 ครั้ง อย่างสม่ำเสมอ เช่น การเดินแอโรบิค การวิ่งเหยาะๆ และการเดิน ซึ่งจะต้องมีหน่วยงานเข้ามาให้ความรู้ และจัดหาสถานที่อำนวยความสะดวก ให้แก่ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม และส่งเสริมการจัดกิจกรรมทั้งในบ้านและนอกบ้าน เช่น การปลูกผัก ปลูกต้นไม้ การดูแลรดน้ำต้นไม้เข้าเย็นหรือหาดอกไม้มาประดับตกแต่งบ้านเพิ่ม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายไปด้วย ทำให้ผู้สูงอายุอารมณ์ดีและคลายความเหงาได้เป็นอย่างดี ลำดับที่ 2 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ เพราะ ควรเน้นให้ความสำคัญกับการยอมรับความเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ ฝึกจิตใจให้มีความรู้สึกแจ่มใสเบิกบานกับสิ่งรอบข้าง ควรส่งเสริมการจัดกิจกรรมที่ให้ทุกช่วงวัยได้พบปะพูดคุยกับผู้สูงอายุในหมู่บ้าน เช่น กิจกรรมวันสงกรานต์ กิจกรรมวันขึ้นปีใหม่ ซึ่งต้องมียุทธศาสตร์จากทางหน่วยงานภาครัฐเข้ามาสนับสนุนเพิ่มเติม และจัดตั้งหน่วยงานหรือบุคคลเข้าไปให้ความรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยีพื้นฐานที่ภาครัฐนำมาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ จัดหาสถานที่หรือลานเอนกประสงค์ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมเพื่อไม่ให้ผู้สูงอายุรู้สึกอ้างว้าง โดดเดี่ยว และได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันรวมถึงจัดกิจกรรมอบรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุให้กับลูกหลานผู้สูงอายุ ลำดับที่ 3 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อาจมีกิจกรรมการไปเยี่ยมเยียนญาติมิตร หรือเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ จัดกิจกรรมที่ให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาร่วมกันกับคนในครอบครัวและสังคม และจัดหาหน่วยงานที่มีบทบาทหน้าที่ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ต้องอาศัยความร่วมมือกับคนในครอบครัว ช่วยให้ผู้สูงอายุมีโอกาสได้พบปะสังสรรค์กับญาติสนิทกับเพื่อนร่วมวัยเดียวกัน โดยพาไปเยี่ยมเยียนหรือเชิญเพื่อนญาติมิตร มาสังสรรค์ที่บ้านเป็นที่คลายเหงา พาไปสถานที่ที่เป็นศูนย์รวมของผู้สูงอายุ เช่น วัด หรือชมรมผู้สูงอายุ

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ผู้สูงอายุสามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง เช่น อาบน้ำ รับประทานอาหาร ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา เช่น ทำบุญ ตักบาตร (ที่บ้าน/ที่วัด) อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เข้าไปมีส่วนร่วมในงานประเพณีและงานเทศกาลประจำปีต่าง ๆ ภายในชุมชน ท่านรู้สึกดี และบ้านมีความมั่นคงและชุมชนของท่านมีความปลอดภัย เช่น ปราศจากโจรผู้ร้าย ตามแนวคิดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2563) การเข้าถึงบริการสุขภาพที่ครอบคลุม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชรินทร์ต์ อันเกษม (2560) ซึ่งพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลลาดขวาง อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา ในภาพรวมคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี พระครูปลัดประวิทย์ วรธมโม (2565) ซึ่งพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองสามพราณ จังหวัดนครปฐม ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และ สอดคล้องกับการศึกษาของ ทวีมนัย อุดชาชน (2566) ซึ่งพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลขามเือง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดสุรินทร์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก

ทั้งนี้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับสูง อาจเป็นเพราะว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสภาพบ้านของท่านมีอากาศถ่ายเทมีแสงสว่างเพียงพอ สะดวก มีความเป็นส่วนตัว มีความมั่นคงและชุมชนของท่านมีความปลอดภัย เช่น ปราศจากโจรผู้ร้าย สามารถใช้ประโยชน์และเข้าถึงระบบสาธารณสุขโรค เช่น ไฟฟ้า ประปา ถนนในชุมชนที่อาศัยอยู่ได้ดี เพื่อนบ้านมีความเป็นมิตรและให้ความช่วยเหลือท่านเป็นอย่างดี และรู้สึกว่าการที่ท่านอาศัยอยู่มีความปลอดภัย ตามแนวคิดการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการอยู่อาศัย การปรับปรุงโครงสร้างพื้นฐาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชรัณนัต อ้นเกษม (2560) ซึ่งพบว่าคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลลาดขวาง อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา ด้านสิ่งแวดล้อมมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี และ สอดคล้องกับ พระครูปลัดประวิทย์ วรธมฺโม (2565) ซึ่งพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับมาก

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีสินทรัพย์เป็นของตนเอง คือ บ้าน และที่ดิน รู้สึกมีความสุขสบายใจเมื่ออยู่บ้าน พอใจกับความสัมพันธ์ของคนในชุมชน สวัสดิการที่ได้รับมีประโยชน์ต่อคุณชีวิต และพอใจกับสวัสดิการที่ได้รับจากกองทุนผู้สูงอายุ สอดคล้องกับ สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 3 (2564) ซึ่งได้กำหนดปัจจัยหลักที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกพึงพอใจและเกิดความมั่นคงในคุณภาพชีวิตของตน ประกอบด้วย ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม สอดคล้องกับการศึกษาของ ปิยพร ประสมทรัพย์ และ โชติ บดีรัฐ (2565) ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท้ายทุ่ง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก พระครูปลัดประวิทย์ วรธมฺโม (2565) ซึ่งพบว่า ปัจจัยการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองสามพราณ จังหวัดนครปฐม อยู่ในระดับมาก

ทั้งนี้ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านลักษณะการอยู่อาศัยในครอบครัวอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เป็นเพราะว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพอใจกับความสัมพันธ์ของคนในครอบครัว รู้สึกพอใจในการเอาใจใส่ของสมาชิกในครอบครัว และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว่าตนอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย ซึ่งสอดคล้องกับ พระครูปลัดประวิทย์ วรธมฺโม (2565) ซึ่งพบว่า ปัจจัยการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านที่อยู่อาศัย อยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับ ปิยพร ประสมทรัพย์ และ โชติ บดีรัฐ (2565) ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท้ายทุ่ง ด้านสภาพแวดล้อม อยู่ในระดับมาก

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า 1) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ควรเน้นการพัฒนาในการออกกำลังกาย โดยการจัดทำกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุด้วยการออกกำลังกายที่ทำให้กล้ามเนื้อยืดหยุ่น สัปดาห์ละ 1 ครั้ง อย่างสม่ำเสมอ เช่น การเต้นแอโรบิค การวิ่งเหยาะๆ และการเดิน 2) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ควรเน้นการพัฒนาการยอมรับความเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุและความรู้สึกแจ่มใสเบิกบานกับสิ่งรอบข้าง จัดกิจกรรมที่ให้ทุกช่วงวัยได้พบปะพูดคุยกับผู้สูงอายุในหมู่บ้าน 3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ควรเน้นการมีโอกาสไปเยี่ยมเยือน

ญาติมิตร โดยจัดกิจกรรมที่ได้ใช้เวลาร่วมกันกับคนในครอบครัวและสังคมและจัดหาหน่วยงานที่มีบทบาทหน้าที่ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 4) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสภาพแวดล้อม ควรเน้นการพัฒนาไฟถนนส่องสว่างตามซอยมืด ควรให้มีถนนที่สะดวกสบายขึ้น ควรมีไฟทุกซอย ช่วยกันปลูกป่า ช่วยกันรักต้นไม้ ตามแนวคิดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2563) การเข้าถึงบริการสุขภาพที่ครอบคลุม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อิศริย์ กัลยวรกาญจน์ (2561) ซึ่งเสนอแนะไว้ว่า หน่วยงานภาครัฐควรมีนโยบายเพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมในชุมชน เช่น จัดโครงการหรือกิจกรรมนอกสถานที่ เพื่อให้ผู้สูงอายุในสถานดูแลผู้สูงอายุมีการพูดคุยแลกเปลี่ยนในชีวิตประจำวัน หน่วยงานภาครัฐควรจัดสรรงบประมาณและสถานที่ที่มีความพร้อมและเอื้อต่อการดำรงชีวิต ความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ กิจกรรมนันทนาการหรือกิจกรรมยามว่าง งานอดิเรกที่สามารถเพิ่มช่องทางรายได้ในการดำรงชีพของผู้สูงอายุได้

บทสรุป

จากผลการวิเคราะห์ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตตำบลเขาดินเหือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับสูง ดังนั้น องค์การบริหารส่วนตำบลเขาดินเหือ อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้ความสนใจ โดยมีการจัดหาสถานที่ออกกำลังกายเพื่อผู้สูงอายุจะได้มีร่างกายที่แข็งแรง และควรให้ความรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตแบบเจาะจงถึงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุเพราะจะได้ผลมากกว่า เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่ในบ้าน รวมถึงหากิจกรรมส่งเสริมให้กับผู้สูงอายุ เช่น กิจกรรมนันทนาการ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้คุยและพบปะกันเพื่อเป็นการสร้างกำลังใจให้กัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะของการนำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาปัจจัยด้านอื่น หรือตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอื่นที่แตกต่างที่ทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี เช่น ตัวชี้วัดด้านการรับรู้ การเข้าถึงเทคโนโลยีสารสนเทศทั้งสื่อสังคมออนไลน์

2. ควรศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยเปรียบเทียบผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมืองกับชุมชนชนบท

3. ทำแบบสอบถามเรื่องการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการทำกิจกรรมและส่งเสริมให้เกิดภาวะทางอารมณ์ที่ดี และมีสังคมร่วมทั้งเกิดเครือข่ายเพื่อให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้เข้ามาดูแลได้อย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ส่งเสริมสุขภาพ เพิ่มงบประมาณด้านสาธารณสุขส่งเสริมการป้องกันโรคมากกว่าการรักษาสร้างระบบส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก ส่งเสริมการออกกำลังกายและกิจกรรมทางกายสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ

2 พัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ปรับปรุงระบบการศึกษาให้มีคุณภาพส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต พัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับตลาดแรงงานสนับสนุนการวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุ

3 ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของประชาชน เปิดโอกาสให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจสร้างการมีส่วนร่วมของภาคประชาสังคมสร้างความโปร่งใสและตรวจสอบได้

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2563). **แผนปฏิบัติการแห่งชาติเพื่อคนสูงอายุ พ.ศ. 2563–2567**. กรุงเทพฯ:

กรมกิจการผู้สูงอายุ.

ชรินทร์ อ้นเกษม. (2560). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลลาดขวาง อำเภอบ้านโพธิ์**

จังหวัดฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต วิชาการบริหารทั่วไป มหาวิทยาลัยบูรพา.

ชุติมณฑน์ แรกขาว (2562). **นโยบายการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตำบลตำหนักธรรม อำเภอ**

หนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยพะเยา.

ณรงค์ คุณสุข. (2559). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแสนตุ้ง อำเภอเขาสมิง จังหวัด**

ตราด. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยบูรพา.

ทวีมนัย อุดชาชน. (2566). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลขามเรียง**

อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.

ประเวศน์ มหารัตน์สกุล. (2561). **แนวคิด หลักการและการะบวนการวิจัย**. กรุงเทพฯ : ปัญญาชน.

ปิยพร เวียงสมุทร. (2558). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านเข็**

อำเภอนนทบุรี จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยบูรพา

ปิยพร ประสมทรัพย์ และ โชติ บดีรัฐ. (2565). **ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การ**

บริหารส่วนตำบลท้ายทุ่ง อำเภอทับคล้อ จังหวัดพิจิตร. Journal of Roi Kaensarn Academi, 7(12), 1–11.

พระครูปลัดประวิทย์ วรธมฺโม. (2566). **ปัจจัยด้านสวัสดิการสังคมที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของ**

ผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลเมืองสามพราน จังหวัดนครปฐม. วารสารวิทยาลัยนครราชสีมา สาขา **มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**. 16(3), 354–369.

มันไชร์ ดอเลาะ. (2559). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดชายแดน**

ภาคใต้. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา.

- วีระยุทธ พรพจน์ธนาศ. (2566). **ระเบียบวิธีวิจัยทางรัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์**. กรุงเทพฯ : คณะรัฐศาสตร์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ศักดิ์ดา ธานีรินทร์ นันทิตา กุณราชา กัญจนพร ศรีวิชัยดาร์ช และ พิษณุรักษ์ กันทวิ. (2565). การประเมินคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย. **เชียงรายวารสาร**. 14(3), 155–166.
- สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 3. (2564). **รูปแบบที่เหมาะสมของการจัดบริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาระเลี้ยงดูครอบครัว : ศึกษาเฉพาะกรณีในเขตกลุ่มจังหวัดภาคกลางตอนล่าง**. โครงการวิจัย สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 3 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- สำนักบริหารการทะเบียนกรมการปกครอง. (2566). **สถิติประชากรทางการทะเบียนราษฎร(รายเดือน)**. <https://stat.bora.dopa.go.th/stat/statnew/statMONTH/statmonth/#/mainpage>
- หริินทร์ ใจหนัก. (2560). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบางรีน ตำบลบางรีน อำเภอเมือง จังหวัดระนอง**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- อิศริย์ กัลยวรรกาญจน์. (2561). **การยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในพื้นที่จังหวัดนครปฐม ปทุมธานีและนนทบุรี**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยรังสิต.
- อุษา จูฑะสุวรรณศิริ และ ศศิธร เทียมถนอม. (2564). **ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตธนบุรี**. รายงานการวิจัยมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.
- Taro, Y. (1973). **Statistics: An Introductory Analysis** (3rd ed.). New York Harper and Row Publications.
- World Health Organization. (2015). **Global report on ageing and health**. Geneva: World Health Organization.