

แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหาร
ส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก
**Guidelines for Promoting Health Development for the Elderly in
Nongkatao Sub-District Administrative Organization
NakhonThai District Phitsanulok Province**

บุญชื้อ เพชรไทย และ ธนัสถา โรจนตรากุล

มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม

Boonsue Peachthai and Tanastha Rojanatrakul

Pibulsongkram Rajabhat University, Thailand

Corresponding Author, E-mail : boonsue.p@psru.ac.th

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) สุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว 2) เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว และ 3) ข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ จากการวิจัยเชิงสำรวจ ด้วยการแจกแบบสอบถามกับผู้สูงอายุ จำนวน 355 คน จากการแทนค่าในสูตรของยามานะ (Yamane) สถิติที่ใช้ใน คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า t-test และ F-test

ผลการวิจัยพบว่า 1) สุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก 2) ผลการเปรียบเทียบ พบว่า ผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ลักษณะการพักอาศัย และลักษณะของครอบครัว ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุ ไม่แตกต่างกันทุกด้าน 3) แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า การเข้าส่งเสริมการรวมกลุ่มประกอบอาชีพ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจของผู้สูงอายุ การส่งเสริมสวัสดิการผู้สูงอายุ ด้วยการปรับปรุงระเบียบการรับสมาชิกจากอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นตั้งแต่อายุ 55 ปีขึ้นไป การส่งเสริมสุขภาพทางกาย ด้วยการตัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้หลากหลายขึ้น การสร้างเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อเป็นกิจกรรมถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุแก่ประชาชนในพื้นที่ รวมทั้งการออกไปเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุให้ครบถ้วนครอบคลุม

คำสำคัญ : แนวทาง; การส่งเสริมการพัฒนา; สุขภาวะ; ผู้สูงอายุ

Abstracts

The objectives of this research were 1) to study the health of the elderly in Nong Ka Thao Subdistrict Administrative Organization; 2) to compare personal factors and the health of the elderly in Nong Ka Thao Subdistrict Administrative Organization; and 3) To propose guidelines for promoting the health development of the elderly in Nong Ka Thao Subdistrict Administrative Organization Use a quantitative research methodology. from survey research The questionnaire was distributed among 355 elderly people by substituting values in the Yamane formula. The statistics used were frequency, percentage, mean, standard deviation. and t-test and F-test. The results showed that 1) the health of the elderly in Nong Ka Thao Subdistrict Administrative Organization area 2) The comparison results showed that the elderly with sex, age, marital status, education, residence and family characteristics There are different opinions on promoting the health development of the elderly. It was not different in all aspects. 3) The suggestion and guidelines for promoting the health development of the elderly found that the participation in the promotion of occupational group To encourage the elderly to have activities according to their needs aptitudes and interests of the elderly promotion of welfare for the elderly By improving the rules for accepting members from 60 years old and older from 55 years old, promoting physical well-being The thread of cutting exercise activities to be more diverse. building a network to exchange knowledge To be an activity to transfer knowledge and experiences to improve the health of the elderly to people in the area including going out to visit the elderly's home to cover

Keywords : Guidelines; Promotion of Development; Well-Being; The Elderly

บทนำ

สังคมผู้สูงอายุเป็นสังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปที่อยู่จริงในพื้นที่ต่อประชากรทุกช่วงอายุในพื้นที่เดียวกัน และมีอัตราเท่ากับหรือมากกว่าร้อยละ 10 ขึ้นไป หรือมีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปที่อยู่จริงในพื้นที่ต่อประชากรทุกช่วงอายุในพื้นที่เดียวกัน อัตราเท่ากับหรือมากกว่าร้อยละ 7 ขึ้นไป ได้เพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ ขณะที่สัดส่วนของอัตราการเกิด และจำนวนประชากรในวัยทำงานลดน้อยลง ประเทศต่างๆ รอบข้างเราได้มีปัญหาระลอกนี้แล้ว เช่น ที่สิงคโปร์มีสัดส่วนของผู้สูงอายุใกล้เคียงกับไทย และเป็นสังคมผู้สูงอายุ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2563 : 3) ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่สร้างคุณประโยชน์มาแล้วย่างมากมายทั้งแก่ลูกหลานและประเทศชาติท่านจึงเป็นทรัพยากรที่ทรงคุณค่าเพราะประสบการณ์จากชีวิตของท่าน ดังนั้นผู้สูงอายุจึงควรได้รับการยกย่องจากคนในสังคม จากการสำรวจพบว่าผู้สูงอายุป่วยเป็นโรคเรื้อรังมากกว่าร้อยละ 54.90 โรคเรื้อรังที่ผู้สูงอายุมักจะเป็นโดยมากคือ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคของต่อมไทรอยด์ โรคระบบกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ โดยโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคของต่อมไทรอยด์มีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2563 : 6)

สุขภาวะเป็นเรื่องที่สำคัญเพราะเป็นภาวะที่บุคคลสามารถแสดงออกได้เหมาะสมตามบทบาททางสังคม สามารถทำงานได้ตามบทบาทอย่างเต็มประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวกับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมได้เป็น ภาวะที่แต่ละบุคคลรับรู้ต่อสภาวะการณ์ที่เป็นอยู่รู้สึกมีความสุข มีคุณภาพชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความพึงพอใจ ต่อการดำเนินชีวิต คือ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางปัญญา (พระครู ประภากรสิริธรรม เกษม สุวณฺโณ), 2560 : 3) จะเห็นได้ว่าสุขภาวะเป็นปัจจัยพื้นฐานที่จะทำให้ผู้สูงอายุได้มี ความสุข ความสบาย มีความสงบร่มเย็นแล้ว ยังจะเป็นพลังขับเคลื่อนที่สำคัญทำให้สังคมของผู้สูงอายุมีความ อยู่เย็นเป็นสุข การส่งเสริมและพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุจึงควรดำเนินการควบคู่กับมาตรการอื่นๆ ของรัฐ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างทั่วถึงซึ่งผู้มีบทบาทสำคัญ ได้แก่ สมาชิกในครอบครัว ชุมชน และท้องถิ่น โดยเฉพาะองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก (2561 : 52) ได้จัด โครงการและกิจกรรมต่างเพื่อส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุ แต่ก็ยังประสบปัญหาเกิดขึ้นเนื่องจากผู้สูงอายุนั้นมี สุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงประสบปัญหาด้านสุขภาพมีโรคภัยไข้เจ็บ บางคนมีโรคประจำตัวหลายโรค ปัญหาเหล่านี้ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีจิตใจไม่ค่อยดี มีความทุกข์ มีเครียด รวมทั้งผู้สูงอายุบางคนไม่มีลูกหลานอยู่ด้วย ผู้สูงอายุ ประสบปัญหาเรื่องการเดินทางมาร่วมโครงการ กิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางองค์การบริหารส่วนตำบล จึงส่งผลให้มี ปัญหาทางสังคม ซึ่งปัญหาเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุมีปัญหาชีวิตเกิดความเครียดในการดำเนินชีวิต จะเห็นได้ว่า ปัญหาเหล่านี้ส่งผลต่อผู้สูงอายุ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก ว่ามีผู้สูงอายุมีปัญหา ด้านสุขภาวะอยู่ในระดับใด และทางองค์การบริหารส่วนตำบลควรมีแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาอย่างไร เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะที่ดีขึ้น สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุขในสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล หนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก
3. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การ บริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

ระเบียบวิธีวิจัย

การดำเนินการวิจัยเรื่องนี้ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ จากการแจกแบบสอบถาม โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 3,145 คน (องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว, 2564)

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 355 คน ที่ได้จากการแทนค่าในสูตรของยามาเน่ (Yamane)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นแบบสอบถามประเภทตรวจสอบรายการ ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งเป็นแบบสอบถามปลายเปิด

2.2 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ คือ ศึกษาเอกสาร แนวคิด หลักการ และทฤษฎี กำหนดวัตถุประสงค์ในการสร้างเครื่องมือการวิจัย ดำเนินการสร้างและปรับแบบสอบถาม นำแบบสอบถามเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาคุณภาพความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อพิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ตามวิธีการของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.922

3. วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ขอนหนังสือจากคณะสังคมศาสตร์และการพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัยกับนายกองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

3.2 นำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปสำรวจกับผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 355 ชุด ชี้แจงให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.3 นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์และประมวลผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ต่อไป

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

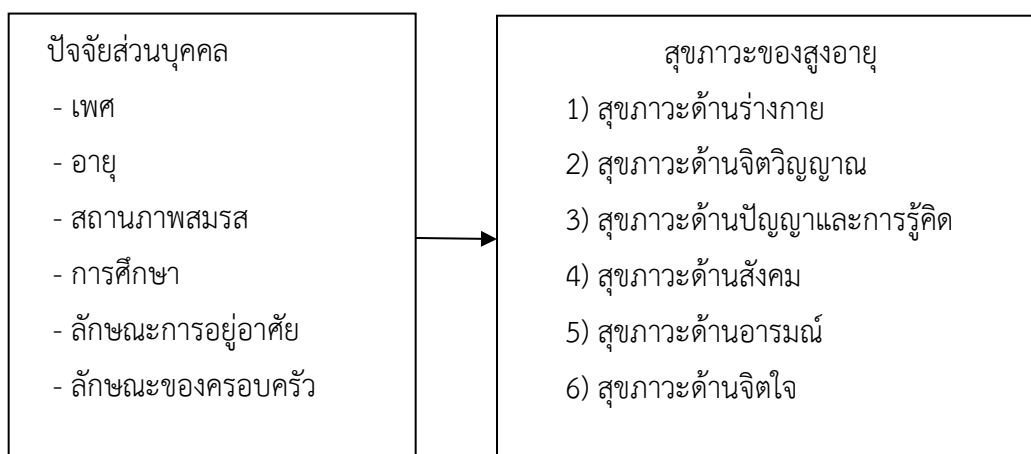
4.1 สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าร้อยละ (%), ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

4.2 สถิติเชิงอนุมาน (Inference Statistics) ได้แก่ ค่าสถิติทดสอบ t-test ค่าสถิติทดสอบ F-test (One-Way Analysis of Variance)

4.3 การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามปลายเปิด วิเคราะห์โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา ประกอบบริบท นำเสนอเป็นความเรียงประกอบตาราง โดยการแจกแจงความถี่ของผู้ตอบคำถามปลายเปิด

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยใช้เป็นแนวทางกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ระดับสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก โดยภาพรวม

(n=355)

ลำดับ	การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุ	ระดับความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	สุขภาวะด้านร่างกาย	3.67	0.627	มาก
2	สุขภาวะด้านจิตวิญญาณ	3.70	0.537	มาก
3	สุขภาวะด้านปัญญาและการรู้คิด	3.66	0.552	มาก
4	สุขภาวะด้านสังคม	3.66	0.564	มาก
5	สุขภาวะด้านอารมณ์	3.62	0.589	มาก
6	สุขภาวะด้านจิตใจ	3.70	0.575	มาก
ภาพรวม		3.67	0.403	มาก

จากตาราง 1 พบว่า สุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.67$, S.D. = 0.403) เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า สุขภาวะด้านจิตวิญญาณ สุขภาวะด้านจิตใจ รองลงมา คือ สุขภาวะด้านร่างกาย สุขภาวะด้านปัญญาและการรู้คิด สุขภาวะด้านสังคม และสุขภาวะด้านอารมณ์ ตามลำดับ

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 2 การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า t	ค่า F	Sig	ผลการศึกษา	
					ยอมรับ	ปฏิเสธ
เพศ	การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะ	-0.033	-	0.973	-	✓

อายุ	การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพ	-	0.747	0.524	-	✓
สถานภาพสมรส	การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพ	-	1.822	0.163	-	✓
การศึกษา	การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพ	-	0.984	0.427	-	✓
ลักษณะการพักอาศัย	การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพ	-	0.096	0.757	-	✓
ลักษณะของครอบครัว	การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพ	-0.061	-	0.951	-	✓

จากตาราง 2 พบว่า การทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ลักษณะการพักอาศัย และลักษณะของครอบครัว ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก ไม่แตกต่างกันทุกด้าน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 ข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 3 ข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก

ที่	ข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริม	ความถี่ (f)
1	การส่งเสริมการรวมกลุ่มประกอบอาชีพ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมตามความ ถนัดและความสนใจของผู้สูงอายุ เช่น การทำดอกไม้ประดิษฐ์จากถุงน่อง การทำกระเป๋าทำมือ เป็นต้น	50
2	การส่งเสริมสวัสดิการผู้สูงอายุ ด้วยการปรับปรุงระเบียบการรับสมาชิก จากอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นตั้งแต่อายุ 55 ปีขึ้นไป ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่เตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุได้เข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ	32

3	การส่งเสริมสุขภาวะทางกาย ด้วยการตัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้หลากหลายขึ้น โดยองค์การบริหารส่วนตำบลควรเข้าไปสนับสนุนงบประมาณในการจัดหาเครื่องออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุให้มากขึ้น	25
4	การสร้างเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมที่พัฒนาในการดำเนินการกิจกรรมถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุแก่ประชาชนในพื้นที่	22
5	การส่งเสริมการออกไปเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ด้วยการวางแผนการเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุให้ครบถ้วน ครอบคลุม เช่น กลุ่มติดเตียง ติดบ้าน ติดสังคม และการพิจารณาตามสถานะสุขภาพทางกาย	13

จากตาราง 3 ข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก พบว่า การเข้าส่งเสริมการรวมกลุ่มประกอบอาชีพ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจของผู้สูงอายุ การส่งเสริมสวัสดิการผู้สูงอายุ ด้วยการปรับปรุงระเบียบการรับสมาชิกจากอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นตั้งแต่อายุ 55 ปีขึ้นไป การส่งเสริมสุขภาวะทางกาย ด้วยการตัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้หลากหลายขึ้น การสร้างเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อเป็นกิจกรรมถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุแก่ประชาชนในพื้นที่ รวมทั้งการออกไปเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุให้ครบถ้วนครอบคลุม

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่องแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก ผู้วิจัยมีประเด็นที่สำคัญและน่าสนใจ นำมาอภิปรายผล ดังนี้

การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า สุขภาวะด้านจิตวิญญาณ สุขภาวะด้านจิตใจ รองลงมา คือ สุขภาวะด้านร่างกาย สุขภาวะด้านปัญญาและการรู้คิด สุขภาวะด้านสังคม และสุขภาวะด้านอารมณ์ ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ออกกำลังกายเป็นประจำภายใต้การดูแลและคำแนะนำของแพทย์ พร้อมทั้งได้รับการตรวจสมรรถภาพทางกายด้วย มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน สามารถวางแผน วางใจได้อย่างถูกต้องและมั่นคง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพระครูประกาศสิริธรรม (เกษม สุวณโณ) (2560 : 3) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตชุมชนท่าอิฐ วัดแสงสิริธรรมตำบลท่าอิฐ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี” ผลการศึกษาพบว่า สุขภาวะ

ทางปัญญา และสุขภาวะทางสังคม อยู่ในระดับมาก ส่วนสุขภาวะทางกาย) สุขภาวะทางจิตใจ อยู่ในระดับปานกลาง ตามลำดับ พิจารณารายด้าน พบว่า สุขภาวะทางกาย รู้สึกพอใจกับสุขภาพในขณะนี้ อยู่ในระดับมากที่สุด สุขภาวะทางจิตใจ รู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มีความสุข ความสงบ ความหวัง) อยู่ในระดับมากที่สุด สุขภาวะทางสังคม รู้สึกพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อน ๆ อยู่ในระดับมาก สุขภาวะทางปัญญา คือ เข้าใจได้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีความไม่เที่ยงแท้และแน่นอน ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเสมอ อยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของรัตนติกานต์ อินทร์สุข (2564: 3) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ผลการวิจัยพบว่า ความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการจัดสวัสดิการสังคมในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านประกันสังคม ด้านสุขภาพอนามัย อยู่ในระดับมากที่สุด ด้านการบริการสังคมทั่วไป ด้านนันทนาการและกีฬา ด้านที่อยู่อาศัย อยู่ในระดับมาก และด้านการศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง

การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก พบว่า ผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ลักษณะการพักอาศัย และลักษณะของครอบครัว ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก ไม่แตกต่างกันทุกด้าน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้สูงอายุทุกคนต่างก็ได้รับการส่งเสริมและการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าวที่ได้ดำเนินโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมความเป็นอยู่ให้กับผู้สูงอายุโดยผ่านการจัดกิจกรรม โครงการต่างๆ เช่น โครงการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กิจกรรมเครือข่ายผู้สูงอายุ โครงการส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ โครงการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โครงการผู้สูงอายุสุขภาพดีมีความสุข เป็นต้นซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของรัตนติกานต์ อินทร์สุข (2564 : 4) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ผลการวิจัยพบว่า เปรียบเทียบความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่มีต่อระบบการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ผู้สูงอายุของที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกัน ส่งผลต่อระบบการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว อำเภอนครไทย จังหวัดพิษณุโลก พบว่า การเข้าส่งเสริมการรวมกลุ่มประกอบอาชีพ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมตามความ ถนัดและความสนใจของผู้สูงอายุ การส่งเสริมสวัสดิการผู้สูงอายุ ด้วยการปรับปรุงระเบียบการรับสมาชิกจากอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นตั้งแต่อายุ 55 ปีขึ้นไป การส่งเสริมสุขภาวะทาง

กาย ด้ายการตัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้หลากหลายขึ้น การสร้างเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อเป็นกิจกรรมถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุแก่ประชาชนในพื้นที่ รวมทั้งการออกไปเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุให้ครบถ้วนครอบคลุมซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของณัฏฐจิตตา เทวเลิศสกุล, วณิภา ศิริวรสกุล, และชัชสรณ์ รอดยิ้ม (2559 : 5, มกราคม-เมษายน) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุจากภาระให้เป็นพลัง กรณีศึกษาเทศบาลนครรังสิต ผลการศึกษาวิจัย พบว่า แนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุจากภาระให้เป็นพลัง (1) ด้านการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ คือ การจัด กิจกรรมสันทนาการให้กับผู้สูงอายุ (2) ด้านอาชีพ คือ การเชิญวิทยากร อาจารย์สอนอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และ (3) ด้านการบริหารจัดการ คือ การจัดตั้งชมรม 11 ชมรม มีประธานชมรมเป็นตัวแทนประสานงาน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- 1) องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าวควรเข้าไปให้ส่งเสริมสนับสนุนการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีอาชีพตามความถนัด เช่น การทำดอกไม้ประดิษฐ์จากถุงนอน การทำกระเป๋าทำมือ เป็นต้น
- 2) องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าวควรเข้าไปสนับสนุนงบประมาณในการจัดหาเครื่องออกกำลังกาย สำหรับผู้สูงอายุให้มีมากขึ้น
- 3) องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าวควรสร้างเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุ โดยการดำเนินกิจกรรมถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุแก่ประชาชนในพื้นที่

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรมีการลงพื้นที่ศึกษาและวิจัยต่อการดำเนินการของโรงเรียนผู้สูงอายุในแต่ละบริบท พื้นที่ที่แตกต่างกันเพื่อศึกษาเปรียบเทียบความสำเร็จ
- 2) ควรศึกษาการวิเคราะห์จุดอ่อน จุดแข็ง อุปสรรค และโอกาส เพื่อพัฒนาศักยภาพโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่ ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- 3) ควรศึกษาถึงผลสัมฤทธิ์จากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ ในทุกๆ มิติ สุขภาวะ เช่น สุขภาพทางกาย ทางจิตใจ สุขภาพทางสังคม และสุขภาพทางจิตวิญญาณ

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2563). สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย 77 จังหวัด ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2563. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 1 กรกฎาคม 2564. แหล่งที่มา: <https://www.dop.go.th/th/know/side/1/1/335>.
- ณัฐฐิตตา เทวเลิศสกุล, วณิภา ศิริวรสกุล, และ ชัชสรณ์ รอดยิ้ม. (2559). แนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุจากภาระให้เป็นพลัง กรณีศึกษาเทศบาลนครรังสิต. *Veridian E-Journal, Silpakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ*. 9 (1), 529-545.
- พระครูประภากรสิริธรรม (เกษม สุวณฺโณ). (2560). การศึกษาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตชุมชนท่าอิฐ วัดแสงสิริธรรมตำบลท่าอิฐ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.). (2563). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2562. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รัตนติกานต์ อินทร์สุข. (2564). การศึกษาการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสว่างวีระ จังหวัดพิจิตร. การค้นคว้าอิสระ รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์. วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม
- องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว. (2561). แผนพัฒนาท้องถิ่น พ.ศ.2561 – 2565. พิษณุโลก: องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว.
- องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว. (2564). จำนวนผู้สูงอายุ ข้อมูล ณ วันที่ 31 มกราคม 2564. พิษณุโลก : องค์การบริหารส่วนตำบลหนองกะท้าว.