

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

FACTORS RELATED TO PREPAREDNESS BEHAVIORS FOR BEING ACTIVE AGING ELDERLY OF MIDDLE ADULTHOOD IN BANG-LEN SUBDISTRICT, SONGPHINONG DISTRICT, SUPHANBURI PROVINCE

เรวศรี กฤษณชาญดี*, สุภาสิณี นุ่มเนียม และ จุฑาทิพย์ ถาวรรัตน์

Rewasri Kridsanachandee*, Supharsinee Numniem and Chutathip Thawornratana

ภาควิชาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์และชุมชน คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

กรุงเทพมหานคร 10900

Department of Human and Community Resource Development, Faculty of Education and Development Sciences, Kasetsart University, Bangkok 10900, Thailand

*Corresponding Author: E-mail: rewasri.k@ku.th

รับบทความ 13 ตุลาคม 2566 แก้ไขบทความ 26 ตุลาคม 2566 ตอบรับบทความ 6 พฤศจิกายน 2566 เผยแพร่บทความ กรกฎาคม 2567

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับของปัจจัยและพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพของผู้ใหญ่วัยกลางคน และ 2) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ประชากร คือ ผู้มีอายุ 35–59 ปี พื้นที่ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 2,581 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 353 คน ได้จากการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณจากสูตรของ ทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane, 1973) จากนั้นใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .962 และแบบสอบถามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .856 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย พบว่า 1) พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ มีความเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ตัวแปรปัจจัยการมุ่งอนาคต ควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน ทักษะที่ดีต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ มีความเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ปัจจัยการสนับสนุนทางสังคมมีความเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย และ 2) อายุ รายได้ เงินออม การมุ่งอนาคตควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน ทักษะที่ดีต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ได้แก่ การมุ่งอนาคตควบคุมตน ทักษะที่ดีในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ การสนับสนุนทางสังคม อายุ และเงินออม สามารถร่วมกันทำนายความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมได้ 56.90% อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติสามารถเขียนเป็นสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน คือ $Z_y = .503X_7 + .224 X_9 + .145X_{10} + .117X_1 + .078X_4$

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ, คุณภาพ, ผู้ใหญ่วัยกลางคน

ABSTRACT

The objectives of the research were to examine 1) the level of factors and preparedness behaviors of middle-aged adults for being active aging elderly, and 2) the related factors of preparedness behaviors of middle-aged adults for being active aging elderly. The population comprised 2,581 residents aged 35–59 years living in the Banglen Subdistrict Area, Songphinsong District, Suphanburi Province. The sample consisted of 353 participants, obtained through the sample size determination using Taro Yamane's formula, then using a multi-stage sampling method. The research instruments consisted of a set of questionnaires on the preparedness behaviors of middle-

aged adults for being active aging elderly, with the reliability of .962, and a set of questionnaires on factors related to preparedness behaviors of middle-aged adults for being active aging elderly, with the reliability of .856. Statistical data analysis included percentage, mean, standard deviation, Pearson's product-moment correlation coefficient, and multiple regression analysis.

The research findings revealed that 1) preparedness behaviors of middle-aged adults for being active aging elderly were rated at a high level. The variation factors on future orientation, self-control, internal locus of control orientation, and good attitudes toward preparedness of middle-aged adults for being active aging elderly were rated at a high level. However, social support was rated at a low level, and 2) factors including age, income, savings, future orientation, internal locus of control orientation, self-control, good attitudes toward the preparation for being active aging elderly, and social support were significantly related to preparedness behaviors of middle-aged adults for being active aging elderly. Factors affecting the preparedness behaviors of middle-aged adults for being active aging elderly included future orientation, self-control, good attitudes toward preparedness behaviors for being active aging elderly, social support, age, and savings could jointly predict the preparedness behaviors with 56.90 percent significance. The predictive equation could be written in the form of standard scores as $Z_y = .503X_7 + .224 X_9 + .145X_{10} + .117X_1 + .078X_4$

Keywords: Elderly, Active Aging, Middle-Aged Adults

บทนำ

สถานการณ์การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทยในปัจจุบันเป็นประเด็นที่ถูกกล่าวถึงและให้ความสำคัญในวงกว้าง โครงสร้างของประชากรไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางเดียวกับสังคมผู้สูงอายุของโลก ซึ่งประเทศไทยกำลังจะกลายเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย (2566) ที่ให้ข้อมูลว่าประชากรผู้สูงอายุไทย เดือน มกราคม พ.ศ. 2566 มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุ จำนวน 12,738,238 คน คิดเป็นร้อยละ 19.28 ของประชากรทั้งหมด โดยคาดการณ์ว่าในอีก 20 ปีข้างหน้า อัตราเพิ่มประชากรจะลดต่ำลงจนถึงขั้นติดลบ แต่ประชากรสูงอายุจะเพิ่มขึ้น ประกอบกับอัตราการเกิดของประชากรกลับลดลง และมีอัตราที่ช้ามาก ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญ และความรุนแรงของปัญหาที่จะตามมาในอนาคตทั้งต่อผู้สูงอายุเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคม วรเวชม์ สุวรรณระดา (2565) กล่าวว่า ปัญหาหลักของผู้สูงอายุไทย คือ รายได้ไม่เพียงพอ ไม่มีหลักประกันสุขภาพ สภาพแวดล้อมในบ้าน และสังคม ไม่เอื้อต่อการใช้ชีวิต ปัจจัยส่วนหนึ่งมาจากพื้นฐานชีวิต เช่น ได้รับการศึกษาที่ไม่สูง ไม่รู้วิธีการเข้าถึงสิทธิสวัสดิการต่าง ๆ ในปัจจุบันมีผู้สูงอายุ จำนวนไม่น้อยที่ตกอยู่ในภาวะยากลำบาก หลายมิติทั้งมิติทางเศรษฐกิจ มีผู้สูงอายุประมาณร้อยละ 17 ที่มีรายได้รวมทุกแหล่งน้อยกว่า 40,000 บาทต่อปี และไม่มีเงินออม มิติสุขภาพ พบว่า ผู้สูงอายุร้อยละ 3 ติดบ้านติดเตียง มิติสภาพแวดล้อม และที่อยู่อาศัย ผู้สูงอายุประมาณร้อยละ 5 ที่เคยหกล้มภายในตัวบ้านและบริเวณตัวบ้าน และมิติสังคม พบว่า ผู้สูงอายุ ร้อยละ 1 ครองโรคและอาศัยอยู่ตามลำพังคนเดียว

การเตรียมความพร้อมของผู้ใหญ่วัยกลางคนก่อนจะเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ เป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่ง โดยมีเป้าหมาย หลักที่เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุยังคงมีสุขภาพร่างกายและมีสุขภาพจิตที่ดี สามารถปฏิบัติหน้าที่ประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ พึ่งพาตนเองได้ มีความมั่นคงทางการเงิน พร้อมทั้งยังสามารถทำประโยชน์ให้กับบุคคลอื่นในสังคมได้ เหล่านี้ล้วนช่วยลดปัญหาที่ผู้สูงอายุไทยกำลังเผชิญอยู่ในปัจจุบัน ดังที่ จิราวรรณ ขาลี (2555) กล่าวว่า บุคคลที่กำลังก้าวสู่วัยผู้สูงอายุ หากมีการเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อรองรับต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ทั้งด้านสุขภาพ ร่างกาย/จิตใจ ที่อยู่อาศัย สังคมและเศรษฐกิจ เพื่อให้บุคคลดังกล่าวเมื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ สามารถใช้ชีวิตต่อไปในสังคมอย่างยั่งยืน และยังสามารถทำประโยชน์ต่อสังคม มีความพร้อมรับมือต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงที่จะมาถึงได้ในอนาคต เรียกได้ว่าบุคคลที่มีการเตรียมความพร้อม ไว้ล่วงหน้า สามารถเป็นผู้สูงวัยที่มีพลพลังตามแนวคิดพลพลัง (Active Aging) ขององค์การอนามัยโลก (2002) ที่สำคัญ กระบวนการเหล่านี้ต้องมีการเตรียมการตั้งแต่อ่อนวัยที่จะเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ซึ่งวัยที่ใกล้เคียงที่สุดคือผู้ใหญ่วัยกลางคน ซึ่งคนกลุ่มดังกล่าวอยู่ในช่วงวัยที่มีความสำคัญเป็นอย่างมาก มีระยะยาวนาน อีกทั้งยังเป็นช่วงวัยที่มีศักยภาพทางร่างกาย และยังเป็นทรัพยากรบุคคลที่ขับเคลื่อนการพัฒนาประเทศ การที่บุคคลกลุ่มนี้จะก้าวสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีพลพลังนั้น พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมของแต่ละคนนั้นย่อมมีความแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ในพื้นที่ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี เนื่องจากเป็นพื้นที่ที่มีผู้สูงอายุผู้สูงอายุ 60 ปี ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 20.61 ของประชากรทั้งหมด (องค์การบริหารส่วนตำบลบางเลน, 2566) ซึ่งมีอัตราสูงกว่าภาพรวมของประชากรผู้สูงอายุไทย โดยคาดหวังว่า ข้อมูลจากงานวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการวางแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม สำหรับพัฒนาคนในกลุ่ม ผู้ใหญ่วัยกลางคนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีมีคุณภาพ สามารถดำรงชีวิตอย่างปกติสุข มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์เมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุ ซึ่งจะช่วยลดปัญหาให้กับตนเองครอบครัว สังคมโดยรวมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับของปัจจัย และพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

นิยามศัพท์เฉพาะ

พฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ หมายถึง การที่ผู้ใหญ่วัยกลางคน แสวงหาความรู้ ไขว่คว้าหา และมีการปฏิบัติตนที่เหมาะสมเกี่ยวกับสุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ เทคโนโลยีและนวัตกรรม และที่อยู่อาศัย เพื่อให้ตนเองมีความสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพทั้งร่างกาย และจิตใจ เมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุในอนาคต

ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่มีศักยภาพ สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เห็นคุณค่าของตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อการเป็นผู้สูงอายุ มีการปรับตัวทั้งทางด้านอารมณ์ สุขภาพ และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นรอบ ๆ ตัว ซึ่งเกิดจากการเตรียมตัวที่ดี มีพฤติกรรมในการดูแลตัวเอง ที่นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี

หลักการ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การศึกษา เรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยมีการศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ

ตามแนวคิดผู้สูงอายุที่มีคุณภาพขององค์การอนามัยโลก (Who, 2002) กล่าวว่า กระบวนการที่นำไปสู่การมีคุณภาพ ซึ่งนำไปสู่การมีสุขภาพดี (healthy) การมีส่วนร่วม (participation) และการมีหลักประกันที่มั่นคง (security) เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิต เมื่อสูงอายุ

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการผู้ใหญ่วัยกลางคน

ผู้ใหญ่วัยกลางคนเป็นช่วงกลางระหว่างวัยผู้ใหญ่ตอนต้น และวัยผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วงวัยทำงาน เป็นช่วงวัยที่มีระยะยาวนาน อีกทั้งยังเป็นช่วงวัยที่มีศักยภาพทางร่างกาย มีประสบการณ์ชีวิต และยังเป็นทรัพยากรบุคคลของประเทศที่สำคัญ (วัลภา สบายยิ่ง, 2560) หากคนกลุ่มนี้มีความตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ ก็จะทำให้สามารถดำรงชีวิตอย่างปกติสุข มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์เมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุ

3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ

ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ เป็นทฤษฎีที่เสนอจิตลักษณะ 8 ประการ ที่เป็นสาเหตุของพฤติกรรมคนดี คนเก่ง และมีสุขของคนไทย ที่แสดงถึงความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านจิตลักษณะที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ต่าง ๆ ของบุคคล (ดวงเดือน พันธมนาวิน, 2543)

ทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้ 1) ทางด้านอารมณ์และสังคม เป็นการให้ความยอมรับนับถือ การแสดงถึงความห่วงใย การได้รับการดูแลเอาใจใส่ ความรู้สึกเชื่อมั่น ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ทำให้บุคคลนั้นได้รับการช่วยเหลือ และการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม 2) ทางด้านข้อมูลข่าวสาร เป็นการให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษา และการตัดสินใจ ในการจัดการกับปัญหา หรือการให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคล อาจเป็นข้อมูลข่าวสารหรือสื่อต่าง ๆ เพื่อให้บุคคลสามารถเข้าใจและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง และ 3) ทางด้านทรัพยากร เป็นการให้ความช่วยเหลือสนับสนุนเงินทอง สิ่งของหรือบริการตามระดับ

ความต้องการ การช่วยเหลือด้านแรงงาน อุปกรณ์ และเวลา จะสามารถทำให้บุคคลผู้ที่ได้รับ กระทำการต่าง ๆ เป็นไปตามเป้าหมายได้ (House, J. S. and Kahn, R. L., 1985)

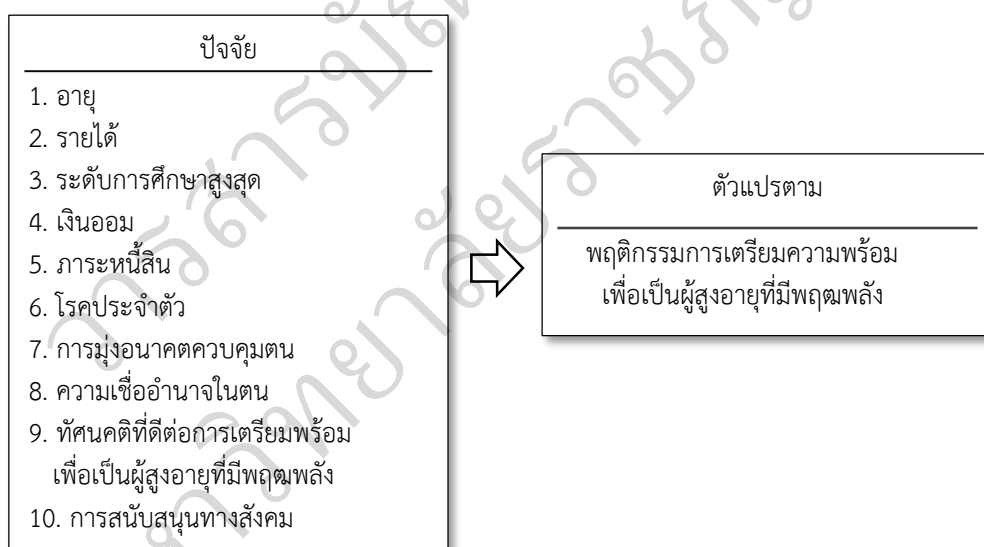
4. สถานการณ์ผู้สูงอายุและผู้ใหญ่วัยกลางคนในตำบลบางเลน

ตำบลบางเลน ตั้งอยู่ถนนทางหลวง 3422 มีเนื้อที่ประมาณ 40 ตารางกิโลเมตร คิดเป็นเนื้อที่ประมาณ 25,000 ไร่ อยู่ห่างจากอำเภอสองพี่น้อง ทางด้านทิศตะวันออก ประมาณ 12 กิโลเมตร ห่างจากจังหวัดสุพรรณบุรี ประมาณ 50 กิโลเมตร แบ่งเป็น 7 หมู่บ้าน มีประชากร จำนวน 6,992 คน ประชากรร้อยละ 80 ประกอบอาชีพเกษตรกร ปัญหาของผู้สูงอายุในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลบางเลน ส่วนใหญ่ที่พบ คือ 1) ปัญหาด้านสุขภาพ 2) ปัญหาด้านรายได้ 3) สภาพแวดล้อมในบ้าน และสังคมไม่เอื้อต่อการใช้ชีวิต และ 4) ปัญหาเรื่องการใช้เทคโนโลยี (องค์การบริหารส่วนตำบลบางเลน, 2566)

การเตรียมความพร้อมถือเป็นพฤติกรรมของมนุษย์อย่างหนึ่งที่มีปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุทั้งจากตัวมนุษย์เองไม่ว่าจะเป็นลักษณะทั่วไปของมนุษย์ จิตลักษณะต่าง ๆ และสภาพแวดล้อมทางสังคมภายนอก โดยปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ประกอบด้วย แนวคิด และทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาการผู้ใหญ่วัยกลางคน ที่กล่าวถึงความสำคัญ และการกิจของคนวัยกลางคนในการเตรียมความพร้อมด้านต่าง ๆ เพื่อก้าวสู่วัยสูงอายุในขั้นต่อไป ทฤษฎีต้นไมจริยธรรมที่แสดงถึงความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านจิตลักษณะมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ต่าง ๆ ของบุคคลทุกช่วงวัย และทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคมที่เป็นปัจจัยส่งเสริมให้บุคคลสามารถพัฒนาตนเองให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยสามารถกำหนดองค์ประกอบของตัวแปรตามได้ คือ พฤติกรรม การเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ และสามารถกำหนดตัวแปรอิสระได้ 10 ตัวแปร ได้แก่ 1) อายุ 2) รายได้ 3) ระดับการศึกษาสูงสุด 4) เงินออม 5) ภาระหนี้สิน 6) โรคประจำตัว 7) การมุ่งอนาคตควบคุมตน 8) ความเชื่อ อำนาจในตน 9) ทักษะที่ดีต่อการเตรียมพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ 10) การสนับสนุนทางสังคม ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยสนใจศึกษาพื้นที่ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี เนื่องจากมีผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 20.61 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งมีอัตราสูงกว่าภาพรวมของประชากรผู้สูงอายุไทย ถือว่าเป็นชุมชนที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์

การศึกษา เรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ มีรายละเอียด ดังนี้

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้มีอายุ 35–59 ปี ในพื้นที่ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 2,581 คน ในเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2566 ขนาดตัวอย่างคำนวณโดยใช้สูตรของ Taro Yamane (Taro Yamane, 1973) ได้จำนวน 346 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลหรือข้อมูลไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างอีก 7 คน โดยเพิ่มจากหมู่บ้านในพื้นที่ตำบลบางเลน จาก 7 หมู่บ้าน หมู่บ้านละ 1 คน รวมทั้งหมดเป็น จำนวน 353 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน รายละเอียด ดังนี้

ขั้นที่ 1 สุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified sampling) ตามความเข้มข้นของกิจกรรมที่หมู่บ้านนั้นมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ โดยแบ่งเป็นหมู่บ้านที่มีกิจกรรมพัฒนามาก คือ มีกิจกรรมปีละ 6–12 ครั้ง และหมู่บ้านที่มีกิจกรรมพัฒนาน้อย คือ มีกิจกรรมปีละน้อยกว่า 6 ครั้ง

ขั้นที่ 2 สุ่มแบบกลุ่ม (Cluster sampling) โดยจับฉลากเลือกหมู่บ้านที่เป็นตัวแทนจากหมู่บ้านที่มีกิจกรรมพัฒนามาก 1 หมู่บ้าน และหมู่บ้านที่มีกิจกรรมพัฒนาน้อย 1 หมู่บ้านโดยเก็บข้อมูลประชาชนทั้งหมดทั้ง 2 หมู่บ้านที่จับฉลากได้ โดยมีจำนวนไม่ต่ำกว่าขนาดตัวอย่างที่กำหนดไว้ ดังรายละเอียดในตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

หมู่บ้าน	กิจกรรม/โครงการ	จำนวนประชากร	จำนวนตัวอย่างในการวิจัย
หมู่ 1 บ้านโรงช้าง	10 ครั้ง/ปี	806	177
หมู่ 5 บ้านบางสาม	4 ครั้ง/ปี	478	176

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามแบ่งเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 สอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป เป็นแบบสอบถามชนิดเลือกตอบและเติมคำตอบลงในช่องว่าง ตอนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมในการปฏิบัติด้านการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด และตอนที่ 3 สอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อม เพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง 4 ตัวแปร ได้แก่ การมุ่งอนาคตควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน ทักษะที่ดีในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด และสอบถามปัจจัยแรงสนับสนุนทางสังคม เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. นำเครื่องมือที่สร้างขึ้นหาความเที่ยงตรง โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบ ด้านโครงสร้างเนื้อหา ของแบบสอบถามและแบบวัด รวมทั้งการใช้ถ้อยคำภาษาเพื่อให้เกิดความถูกต้องและเกิดความเข้าใจแก่ผู้ตอบ และสามารถวัดค่าตัวแปรต่าง ๆ ที่กำหนด ได้ค่าความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Index of Item Objective Congruence: IOC) มีค่าอยู่ในช่วง 0.5 ขึ้นไป
2. ปรับปรุงเครื่องมือตามที่คุณผู้เชี่ยวชาญให้ข้อเสนอแนะ
3. ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือด้วยการนำเครื่องมือไปทดลองใช้กับผู้ที่มีอายุ 35–59 ปี พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 30 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำเครื่องมือ ที่มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า ไปหาค่าอำนาจจำแนก และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha Coefficient) ดังรายละเอียดในตาราง 2

ตาราง 2 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

ลำดับ	ชุดแบบสอบถาม	ค่าอำนาจจำแนก	Cornbrash's Alpha
1	พฤติกรรมเตรียมความพร้อม	0.54–0.82	0.962
2	การมุ่งอนาคตควบคุมตน	0.21–0.63	0.839
3	ความเชื่ออำนาจในตน	0.29–0.59	0.828
4	ทักษะที่ดีในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง	0.26–0.60	0.868
5	การสนับสนุนทางสังคม	0.22–0.44	0.891

วิธีรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยประสานงานกับองค์การบริหารส่วนตำบลบางเลนเพื่อขออนุญาตเข้าพื้นที่ ประสานงานกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อกำหนดวันและเวลาในการเก็บข้อมูล
2. ผู้วิจัยลงพื้นที่เพื่อเก็บข้อมูลด้วยตนเองจากกลุ่มตัวอย่าง
3. นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนทั้งสิ้น จำนวน 353 ชุด นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผลข้อมูล มีดังนี้ 1) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ ความถี่และร้อยละ 2) ข้อมูลเพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อ 1 การศึกษาระดับปัจจัยและระดับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วนำค่าเฉลี่ยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด 3) ข้อมูลเพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อ 2 เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยมีสมมุติฐาน 2 ประการ คือ 1) ตัวแปรอิสระอย่างน้อย 1 ตัวแปรมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตาม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และ 2) ตัวแปรอิสระอย่างน้อย 1 ตัวแปร สามารถทำนายตัวแปรตามได้ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

การศึกษา เรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ประชากรกลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชายเล็กน้อย ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 40-50 ปี มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน อยู่ที่ 16,944.25 บาท กว่าครึ่งไม่มีเงินออม เมื่อพิจารณาในส่วนผู้ที่มีเงินออม พบว่า มีเงินออมเฉลี่ย 2,595 บาท กว่าครึ่งไม่มีหนี้สิน ในส่วนของผู้ที่มีหนี้สิน มีหนี้สินเฉลี่ยที่ 5,346 บาท ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว มากกว่าคนที่มีความเสี่ยงโรคประจำตัว เมื่อพิจารณาประเภทของโรค พบว่า โรคประจำตัวที่เป็น คือ โรคความดันโลหิตสูง รองลงมา คือ โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเลือดสูง ตามลำดับ ผู้นำชุมชนที่มีบทบาทในการส่งเสริมเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังส่วนใหญ่ คือ ผู้ใหญ่บ้าน รองลงมา คือ กำนัน และหน่วยงานภาครัฐที่มีบทบาทในการส่งเสริมเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังส่วนใหญ่ คือ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล รองลงมา คือ องค์การบริหารส่วนตำบล ผลการศึกษาและสมมุติฐานการวิจัยตามจุดประสงค์ มีดังต่อไปนี้

1. จากการศึกษาในระดับปัจจัยและพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ระดับของปัจจัยที่ส่งผล ต่อการเตรียมความพร้อม เพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ของผู้ใหญ่วัยกลางคนตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.24$, S.D. = 0.793) ด้านการมุ่งอนาคตควบคุมตน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.66$, S.D. = 0.541) ด้านความเชื่ออำนาจในตน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.50$, S.D. = 0.500) ด้านทัศนคติที่ดี อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.33$, S.D. = 0.566) และด้านการสนับสนุนทางสังคม อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.51$, S.D. = 0.788) รายละเอียดดังตาราง 3

ตาราง 3 ระดับปัจจัยและระดับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง

พฤติกรรมเตรียมความพร้อม และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับ
1. พฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง (Y)	3.40	0.793	มาก
2. การมุ่งอนาคตควบคุมตน	3.66	0.541	มาก
3. ความเชื่ออำนาจในตน	3.50	0.500	มาก
4. ทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง	3.33	0.566	มาก
5. การสนับสนุนทางสังคม	2.51	0.788	น้อย

2. ผลการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

2.1 ผลการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ เพียร์สันในการวิเคราะห์ข้อมูล มีตัวแปรอิสระ 10 ตัวแปร ได้แก่ อายุ รายได้ ระดับการศึกษา เงินออม ภาระหนี้สิน โรคประจำตัว การมุ่งอนาคต ควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน ทักษะที่ดีต่อการเตรียมพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง และการสนับสนุนทางสังคม ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปร พบว่า มีตัวแปรอิสระ จำนวน 7 ตัวแปร ได้แก่ อายุ รายได้ เงินออม การมุ่งอนาคตควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน ทักษะที่ดีต่อการเตรียมพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ดังตาราง 4

ตาราง 4 ระดับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

ตัวแปรอิสระ	ตัวแปรตาม (การสื่อสารอย่างประสิทธิภาพ)	
	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (r)	ระดับความสัมพันธ์
- อายุ (X_1)	.201**	ต่ำ
- รายได้ (X_2)	.124*	ต่ำ
- เงินออม (X_4)	.213**	ต่ำ
- การมุ่งอนาคตควบคุมตน (X_7)	.686**	สูง
- ความเชื่ออำนาจในตน (X_8)	.504**	สูง
- ทักษะที่ดีต่อการเตรียมพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง (X_9)	.468**	ปานกลาง
- การสนับสนุนทางสังคม (X_{10})	.547**	สูง

หมายเหตุ ** = มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01, * = มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

2.2 ผลการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า มีตัวแปรที่สามารถเข้าทำนายพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ได้ 5 ตัวแปร เรียงลำดับตามการเข้าทำนายแต่ละขั้นตั้งแต่ลำดับที่ 1 ถึง 5 ได้แก่ การมุ่งอนาคตควบคุมตน (X_7) การสนับสนุนทางสังคม (X_{10}) ทักษะที่ดีต่อการเตรียมพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุ ที่มีพหุพลัง (X_9) อายุ (X_1) และเงินออม (X_4) สามารถร่วมกันทำนาย หรือ อธิบายความผันแปรของพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ได้ร้อยละ 56.9 ($R^2 = .575$, $R^2_{adj} = .569$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ ตัวแปรอิสระสามารถทำนายพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ได้อย่างน้อย 1 ตัวแปร รายละเอียดดังตาราง 5 และสามารถเขียนสมการพยากรณ์ได้ ดังนี้

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังในรูปคะแนนดิบ ดังนี้

$$Y = -1.1286 + 0.737X_7 + 0.265X_9 + 0.203X_{10} + 0.012X_1 + 0.00002381X_4$$

สมการพยากรณ์พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน ดังนี้

$$Z_y = 0.503X_7 + 0.224 X_9 + 0.145X_{10} + 0.117X_1 + 0.078X_4$$

ตาราง 5 แสดงสมการพยากรณ์พฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise multiple regression analysis)

ตัวแปรพยากรณ์	B	S.E.	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
- การมุ่งอนาคตควบคุมตน (X_7)	0.737	0.061	0.503	12.099	0.000	0.708	1.413
- ทักษะที่ดีต่อการเตรียมพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (X_9)	0.265	0.049	0.224	5.404	0.000	0.713	1.402
- การสนับสนุนทางสังคม (X_{10})	0.203	0.057	0.145	3.545	0.000	0.731	1.367
- อายุ (X_1)	0.012	0.004	0.117	3.276	0.001	0.951	1.051
- เงินออม (X_4)	0.00002381	0.000	0.078	2.141	0.033	0.924	1.082
ค่าคงที่	-1.286	0.270		-4.766	0.000		

หมายเหตุ: * $p < .05$, (Model Summary: $R = .759$, $R^2 = .575$, $R^2_{adj} = .569$, $SE_{est} = .47214$),
(ANOVA: $F = 78.877$, $Sig = .000$, $df = 5$)

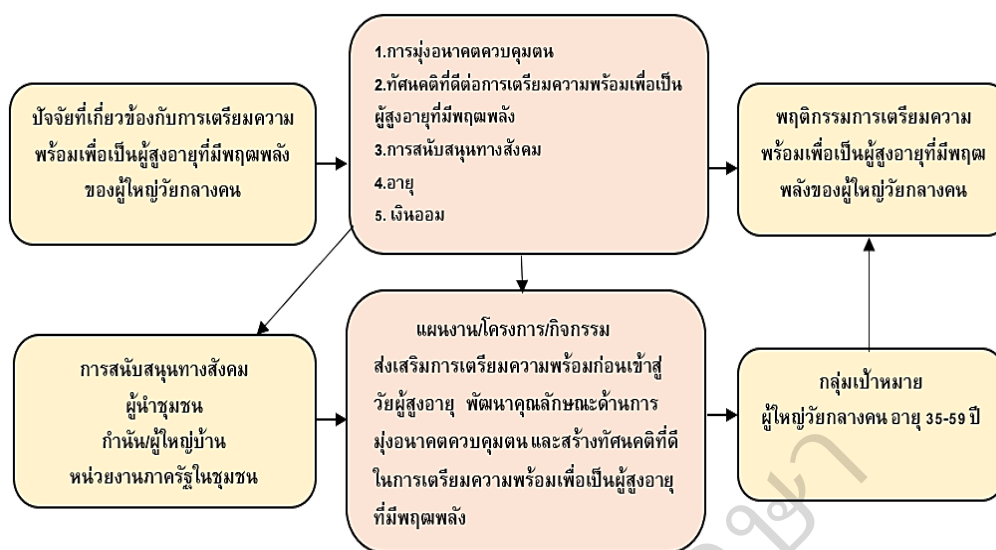
อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาระดับของพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับ วาชร นพนรินทร์ (2563) ที่ศึกษา พบว่า การเตรียมความพร้อมการเป็นผู้สูงอายุของประชาชนในอำเภอมือง จังหวัดพิษณุโลก อยู่ในระดับมาก เนื่องจากประชาชนมีทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุในระดับสูง อีกทั้งได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างสม่ำเสมอ แต่ไม่สอดคล้องกับ นวรัตน์ จันเพชร (2558) ที่ศึกษา พบว่า การเตรียมตัวของบุคลากร กรมควบคุมโรค เพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุ ที่มีคุณภาพอยู่ในระดับน้อย ในส่วนระดับของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อม เพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพของผู้ใหญ่วัยกลางคนตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ระดับของปัจจัยที่ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคนตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ตัวแปรอิสระ 3 ตัวแปร ได้แก่ การมุ่งอนาคตควบคุมตน ความเชื่ออำนาจภายในตน ด้านทัศนคติที่ดีในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพอยู่ในระดับมาก และการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับน้อย

ผลการศึกษาที่มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ของผู้ใหญ่วัยกลางคนตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า มีตัวแปรอิสระ จำนวน 5 ตัวแปร ร่วมกันทำนายพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้ถึง ร้อยละ 56.9 โดยตัวแปรที่สามารถทำนายได้ ประกอบด้วย การมุ่งอนาคตควบคุมตน ทักษะที่ดีในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ การสนับสนุนทางสังคม อายุ และเงินออม สอดคล้องกับ อภารัตน์ อิงคภากร (2561) ที่พบว่า ตัวแปรการมุ่งอนาคต เป็นตัวแปรที่สำคัญที่ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ และ วาชร นพนรินทร์ (2563) ศึกษาพบว่า ทักษะที่ดีต่อการเตรียมความพร้อมการเป็นผู้สูงอายุเป็นปัจจัยสูงสุด รองลงมา คือ การสนับสนุนทางสังคมที่มีอิทธิพลในการเตรียมความพร้อม นอกจากนี้ ดลนภา ไชยสมบัติ และ บัวบาน ยะนา (2561) พบว่า อายุ ที่มีความเกี่ยวข้องกับการเตรียมตัวเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในระดับต่ำ นอกจากนี้ ทักษะที่ดียังส่งผลต่อพฤติกรรมด้านบวกอื่น ๆ อีก สอดคล้องกับงานวิจัยของ ทิพย์วิภา เพ็งศรี สุภาสณีน นุ่มเนียม และสันติ ศรีสวนแดง (2564) พบว่าตัวแปรจิตลักษณะ และสถานการณ์ที่สำคัญ คือ ทักษะที่ดีต่อพฤติกรรมใฝ่เรียนใฝ่รู้ เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำนายพฤติกรรมใฝ่เรียนใฝ่รู้ของนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสนได้ในลำดับต้น ๆ

องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้/ข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้ คือ แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ในการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุในกลุ่มของผู้ใหญ่วัยกลางคน โดยการพัฒนาคุณลักษณะ ด้านการมุ่งอนาคตควบคุมตน และทัศนคติที่ดีในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ รวมถึงการสนับสนุนทางสังคมที่ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ได้ โดยครอบคลุม คนในชุมชน ผู้นำชุมชน กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน หน่วยงานภาครัฐในชุมชน ที่ควรบูรณาการงานร่วมกันเพื่อส่งเสริม และพัฒนาคนวัยกลางคนในชุมชน โดยองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากงานวิจัยแสดงรายละเอียดดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 องค์ความรู้จากปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง

สรุป

จากปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้การศึกษาความเกี่ยวข้องระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม โดยมีสมมุติฐานว่า ตัวแปรอิสระ 10 ตัวแปร ได้แก่ อายุ รายได้ ระดับการศึกษาสูงสุด เงินออม ภาระหนี้สิน การมุ่งอนาคต ควบคุมตน การเชื่ออำนาจในตน ทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง การสนับสนุนทางสังคม อย่างน้อย 1 ตัวแปร มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า

1. ผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี มีระดับพฤติกรรมในการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับมาก มีระดับปัจจัยการมุ่งอนาคตควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน ทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมความพร้อม เพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง อยู่ระดับมาก และการสนับสนุนทางสังคม อยู่ในระดับต่ำ

2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมของผู้ใหญ่วัยกลางคน พบว่า มีตัวแปรอิสระจำนวน 7 ตัวแปร มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง ได้แก่ อายุ รายได้ เงินออม การมุ่งอนาคตควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน ทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง และการสนับสนุนทางสังคม ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง พบว่า มีตัวแปรอิสระ 5 ตัว สามารถร่วมกันทำนายความเกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมได้ 56.9% อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ การมุ่งอนาคตควบคุมตน ทัศนคติที่ดีในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลัง การสนับสนุนทางสังคม อายุ และเงินออม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนา

1.1 ผลการวิจัย พบว่า มีตัวแปรอิสระที่เป็นคุณลักษณะที่สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นแก่ผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในชุมชน เช่น องค์การบริหารส่วนตำบล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เกษตรตำบล กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำชุมชน ควรกำหนดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมต่าง ๆ ในการพัฒนาคุณลักษณะด้านดังกล่าวให้มากยิ่งขึ้น ได้แก่ การมุ่งอนาคตควบคุมตน ทัศนคติที่ดี ในการเตรียม ความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังการสนับสนุนทางสังคม ส่งเสริมให้มีการออมเงิน ตลอดจนส่งเสริมความรู้ ให้คนในวัยทำงานตั้งแต่อายุ 35 ปี ให้เกิดความตระหนักถึงความจำเป็นที่ต้องมีการเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ ก่อนที่จะเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

1.2 จากผลการวิจัยที่พบว่าการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับน้อย ทั้งที่เป็นตัวแปรสำคัญ ที่มีร้อยละการทำนายเป็นลำดับที่ 3 ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุมชนควรบูรณาการงานร่วมกับกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ตลอดจนผู้นำชุมชน ส่งเสริมความรู้ให้กำลังใจ และสนับสนุนงบประมาณเพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ ให้กับคนวัยกลางคนในชุมชน

1.3 จากผลการศึกษา พบว่า ผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี มีผู้ที่มีโรคประจำตัวถึงร้อยละ 36.5 และมีผู้ที่มีอายุ ในช่วง 35–45 ปี เริ่มเป็นโรคประจำตัว เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูง และโรคเมเรียม ซึ่งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพ เช่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล กองสาธารณสุข องค์การบริหารส่วนตำบล ควรเพิ่มแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมในด้านการส่งเสริมสุขภาพ และการป้องกันไม่ให้เกิดโรคกลุ่มโรคไม่ติดต่อ โดยเพิ่มกลุ่มเป้าหมายในการส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มคนวัยกลางคน นอกเหนือจากกลุ่มวัยผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 จากผลการวิจัยที่พบว่า มีตัวแปรอิสระที่สามารถร่วมกันทำนายการพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพลพลัง ของผู้ใหญ่วัยกลางคน ตำบลบางเลน อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ได้ร้อยละ 56.9 หมายความว่ายังมีตัวแปรอื่นที่สามารถทำนายพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพลพลังได้ ดังนั้น ผู้ที่เห็นความสำคัญในเรื่องนี้สามารถนำผลการวิจัยนี้ไปต่อยอดเพื่อค้นหาตัวแปรทำนายที่สำคัญได้ต่อไป

2.2 จากผลการวิจัยที่พบตัวแปรอิสระสำคัญ เช่น การมุ่งอนาคตควบคุมตน ควรนำตัวแปรดังกล่าวมาวิจัย ต่อยอดด้วยการวิจัยเชิงทดลอง หรือวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อหาแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมในการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพลพลังต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- จิราวรรณ ชาลี. (2555). *การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของประชากรในเขตดินแดง กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ บธ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ดลนภา ไชยสมบัติ และบัวบาน ยะนา. (2561). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากร วัยก่อนสูงอายุ. *วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข*, 29(3), 131–143.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2543). *ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ: การวิจัยและการพัฒนาบุคคล*. กรุงเทพฯ: โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ทิพย์วิภา เพ็งศรี สุภาสิณี นุ่มเนียม และสันติ ศรีสวนแดง. (2564). จิตลักษณะและสถานการณ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรม ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน. *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร*, 18(83), 42–51.
- นารัตน์ จันเพชร. (2558). *การเตรียมความพร้อมของบุคลากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพของกรมควบคุมโรค*. วิทยานิพนธ์ สส.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วชากร นพพรินทร์. (2563). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชนในอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก*. วิทยานิพนธ์ ส.ม. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- วรเวศม์ สุวรรณระดา. (2565). *ชุมชน-คุณภาพชีวิต*. เข้าถึงได้จาก <https://mgronline.com/qoV/detail/9650000011269>. 20 มีนาคม 2566.
- วัลภา สบายยิ่ง. (2560). *จิตวิทยาและวิทยาการการเรียนรู้*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. (2566). *สถิติจำนวนประชากร*. เข้าถึงได้จาก https://stat.bora.dopa.go.th/new_stat/webPage/statByYear.php. 20 มีนาคม 2566.
- องค์การบริหารส่วนตำบลบางเลน. (2566). *ข้อมูลพื้นฐานองค์การบริหารส่วนตำบลบางเลน*. เข้าถึงได้จาก <https://www.bl.go.th/index/>. 20 มีนาคม 2566.
- อาภารัตน์ อิงคภากร. (2561). *การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- House, J. S., & Kahn, R. L. (1985). *Measures and Concepts of Social Support*. New York: Academic Press.
- Taro Yamane. (1973). *Statistics: an introductory analysis*. New York: Harper & Row.
- Who. (2002). *Active Ageing A Policy Framework*. Retrieved from <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/06/WHO-Active-Ageing-Framework.pdf>. March 15th, 2023.