

การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

An Integration of Tisikkha to Develop the Quality of Life of Elderly in Rua Yai Subdistrict Municipality, Mueang District, Suphan Buri Province

¹พระสมุห์อาทิตย์ สาครสุพรรณ และ ²อภิชาติ พานสุวรรณ
¹Phrasamu Arthit Sakornsuphan and ²Apichat Phansuwan

¹บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
²มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

¹Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University
²Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University
E-mail: ¹anankpt1634@gmail.com, ⁴Apichat_asm@hotmail.com

Received August 15, 2024; Revised October 28, 2024; Accepted October 30, 2024

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอมือง จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปเป็นข้อมูลพื้นฐานสำคัญประกอบการจัดทำแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และเป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขปัญหามีอยู่ต่อไป

งานวิจัยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างหลักไตรสิกขากับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ 3) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักไตรสิกขาในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ เป็นการวิจัยแบบผสานวิธี ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก 2) หลักไตรสิกขาโดยภาพรวม และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง 3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักไตรสิกขาในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ (1) ด้านศีล ควรให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่มีผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งด้านจิตใจและอาหาร (2) ด้านสมาธิ การเสริมสร้างความเข้าใจผู้สูงอายุให้รู้จักการปล่อยวางไม่ยึดติด (3) ด้านปัญญา ให้ผู้สูงอายุนำความรู้มาถ่ายทอดและการมีส่วนร่วมในการฟื้นฟูรักษาความเป็นอัตลักษณ์ของท้องถิ่นของตน

คำสำคัญ: หลักไตรสิกขา; การพัฒนาคุณภาพ; ผู้สูงอายุ

Abstract

Research on Integration of the Threefold Principles for improving the quality of life of the elderly in Rua Yai Subdistrict Municipality, Mueang District, Suphan Buri Province. To use the results of the study as important basic information for preparing guidelines for

improving the quality of life of the elderly. and as a guideline for further improving and solving problems that may exist.

The objectives of the research are 1) to study the level of development of the quality of life of the elderly in Rua Yai Subdistrict Municipality. 2) To study the relationship between the Threefold Principles and the development of the quality of life of the elderly in Rua Yai Subdistrict Municipality. 3) To study ways to improve the quality of life of the elderly by using the threefold principle in Rua Yai Subdistrict Municipality. It is combined method research. During quantitative research and qualitative research.

The results of the research found that 1) The level of development of the quality of life of the elderly in Rua Yai Subdistrict Municipality. Overall, it is at a high level. 2) Threefold Principles as a whole and quality of life of the elderly In terms of promoting the health of the elderly, overall there was a high level of positive relationship. 3) Guidelines for developing the quality of life of the elderly using the Tri-Sikha principles in Raw Yai Subdistrict Municipality (1) In terms of morality, importance should be given to behaviors that affect the health of the elderly in terms of both mental and dietary aspects. (2) In terms of concentration, promoting understanding among the elderly to know how to let go and not be attached. (3) In terms of wisdom, allowing the elderly to share their knowledge and participate in restoring and maintaining the identity of their locality.

Summary of research results according to the research objectives, 3 items: 1. Improving the quality of life of the elderly in Rawai Yai Subdistrict Municipality. 2. The Tri-sikkha principle and the development of the quality of life of the elderly in Rawai Yai Subdistrict Municipality. 3. To propose guidelines for the development of the quality of life of the elderly using the Tri-Sikkha principle in Raw Yai Subdistrict Municipality.

Keywords: Tisikkha; Quality development; Elderly people

บทนำ

สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารได้รายงานประชากรผู้สูงอายุ พบว่า ตั้งแต่ปี 2556 กลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปเริ่มมีสัดส่วนมากกว่า 10 % ซึ่งคาดการณ์ว่า ในปี 2567 หรือในอีก 15 ปีข้างหน้า ประชากร อายุ 60 ปีขึ้นไป จะมีสัดส่วนมากกว่า 20 % ซึ่งจะเท่ากับสัดส่วนของกลุ่มเด็ก และในปี 2573 จะเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่าของกลุ่มเด็กหรือประมาณ 1 ใน 5 ของประชากรทั้งประเทศ ซึ่งสามารถแสดงด้วยค่าดัชนีการสูงวัย (Aging index) ซึ่งแสดงถึงการเปรียบเทียบโครงสร้างการทดแทนกันของประชากรกลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปี ขึ้นไป) กับกลุ่มประชากรวัยเด็ก(อายุต่ำกว่า 15 ปี) โดยดัชนีการสูงวัยมีค่าต่ำกว่า 100 แสดงว่าจำนวนประชากรสูงอายุน้อยกว่าจำนวนเด็กแต่ใน

ทางตรงข้ามถ้าดัชนีนี้มีค่าเกินกว่า 100 แสดงว่าจำนวนประชากรสูงอายุมีมากกว่าจำนวนประชากรเด็กจึงนำไปสู่ความท้าทายสำหรับการพยาบาล

การดูแลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจำเป็นต้องเปลี่ยนความเชื่อฝังใจและทัศนคติของสังคมต่อความเป็นผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับการสภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบันที่จะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นขึ้นอยู่กับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ผิดของผู้สูงอายุให้หันมาเห็นความสำคัญของการเอาใจสุขภาพของตนเองโดยการตั้งอยู่บนพื้นฐานความเป็นจริงของการเปลี่ยนแปลงและยอมรับ (พระปลัดสมชาย ดำเนิน และ พระมหานันทวิทย์ ธีรภทฺโท, 2562) ไม่ว่าจะเป็นการปรับตัว การเรียนรู้ สภาวะทางด้านอารมณ์ การเข้าสังคมการเรียนรู้พัฒนาทางด้านสติปัญญา การส่งเสริมคุณภาพชีวิต หมายถึง การพัฒนาตนเอง เป็นทั้งการพัฒนาความรู้ทักษะ และพฤติกรรม ไปสู่การพัฒนาทัศนคติแรงจูงใจ และอุปนิสัยเพื่อค้นหาตนเองเพิ่มทักษะรวมถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปตามสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไปการพัฒนาตนเองอาจเป็นการพัฒนาที่จิตใจของตนเองหรือพัฒนาไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ทำให้มีคุณภาพชีวิตมีคุณภาพที่ดีขึ้นตามที่ใจปรารถนาการพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตจะต้องมีการพัฒนาใน 4 ด้าน 1) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกายได้แก่ การให้ความสำคัญกับสุขภาพ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ เป็นการการพัฒนาให้ร่างกายมีความแข็งแรงสมบูรณ์ และไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ระบบอวัยวะทุกส่วนทำงานได้ดีมีประสิทธิภาพมีบุคลิกภาพที่ดี 2)การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านอารมณ์ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพจิตใจที่ดี รู้จักควบคุมอารมณ์โดยการพัฒนาทางด้านจิตใจด้วยการให้ทาน การทำงานอดิเรกที่ชื่นชอบการเข้าร่วมกิจกรรมสันทนาการ การฝึกสมาธิ การผ่อนคลายด้วยการฟังเพลงการพักผ่อน การท่องเที่ยว 3) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านสังคมเป็นการสร้างการยอมรับ และยกย่องจากสังคมมีความหวังดีต่อตนเอง อยู่อย่างปกติสุข ไม่เป็นคนถือตัว ไม่เอาัดเอาเปรียบบุคคลอื่น ไม่ทำให้สังคมเดือดร้อน ได้แก่การเข้าร่วมกิจกรรมกับสังคม หรือหน่วยงานต่างๆใช้เวลาว่างบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชน ให้ความร่วมมือกับสังคมในด้านต่างๆ ทั้งด้านสิ่งแวดล้อม และการปฏิบัติตามโดยยึดหลักของกฎหมายและคุณธรรมจริยธรรม 4)การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านสติปัญญาเป็นการเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ให้กับตนเอง เป็นคนมีคุณค่า มีที่พึ่งยึดเหนี่ยวทางใจ ได้แก่ มีการวางแผนล่วงหน้า มีความขยัน มีความประหยัด มีการคิดในมุมสร้างสรรค์ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เคารพตนเอง การอ่านหนังสือการเข้ารับการฝึกอบรมเพิ่มพูนความรู้ด้านต่างๆการศึกษาข้อมูลสารสนเทศจากสื่อต่างๆ การสังเกตและติดตามการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม สอดรับกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยเฉพาะคุณภาพชีวิตของผู้สูงวัยที่จะนำไปสู่การปรับตัวเองกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม สิ่งแวดล้อมและสภาวะทางจิตก็คือหลักของไตรสิกขา สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อให้ประสบความสำเร็จเป็นคนสมบูรณ์แบบตามแนวทางพระพุทธศาสนา (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2560)

หลักไตรสิกขา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการจัดการบริหารชีวิตเพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง มีหลักอยู่ 3 ประการ คือ หลักข้อปฏิบัติสำหรับการอบรมกาย วาจา จิต เพื่อพัฒนาตนเองให้เข้าใจชีวิตในการประครองตนให้อยู่กับสภาพปัจจุบัน รู้ทัน ไตรสิกขา: ระบบการศึกษา ซึ่งพัฒนาชีวิตที่ดำเนินไปทั้งระบบในการดำเนินชีวิต สิกขา คือ การศึกษา ที่ฝึกอบรมพัฒนาชีวิต 3 ด้าน ดังนี้ คือ 1) การฝึกศึกษาด้านสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม จะเป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือเพื่อนมนุษย์ ตลอดจนสรรพสัตว์ หรือสิ่งแวดล้อมทางวัตถุก็ตาม ด้วยอินทรีย์ (เช่น ตา หู) หรือด้วยกาย วาจา ก็ตาม เรียกว่า ศีล (เรียกเต็มว่า อธิศีลสิกขา) 2) การฝึกศึกษาด้านจิตใจ เรียกว่า สมาธิ (เรียกเต็มว่า อธิจิตสิกขา) 3) การฝึกศึกษาด้านปัญญา เรียกว่า ปัญญา (เรียกเต็มว่า อธิปัญญาสิกขา) รวมความว่าการฝึกศึกษานั้นมี 3 อย่างเรียกว่า สิกขา 3 หรือไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป. อ. ปยุตฺโต, 2564) ซึ่งพูดด้วยถ้อยคำของคนยุคปัจจุบันว่า เป็น

ระบบการศึกษาที่ทำให้บุคคลพัฒนาอย่างมีบูรณาการ และให้มนุษย์เป็นองค์รวมที่พัฒนาอย่างมีคุณภาพ (จินตนา อาจสันเทียะ และ รัชณีย์ ป้อมทอง, 2561)

จากเหตุผลที่ได้กล่าวมาเบื้องต้นนั้นผู้วิจัยในฐานะเป็นผู้ดำรงตำแหน่งทางพระพุทธศาสนาได้เห็นความสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่จะรองรับการเปลี่ยนแปลงในอนาคตข้างหน้าเห็นว่าหลักไตรสิกขามีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่จะนำไปสู่การพัฒนาทั้งทางด้านกาย วาจา และใจ หลักศีล สมาธิ ปัญญา จึงสนใจในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นแนวทางของการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างหลักไตรสิกขากับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี
3. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักไตรสิกขาในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี

สมมติฐานการวิจัย

1. หลักไตรสิกขามีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
2. หลักอริสติกสิกขามีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
3. หลักอริจิตตสิกขามีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
4. หลักอริปัญญาสิกขามีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดเกี่ยวกับหลักไตรสิกขา

สิกขาหรือการศึกษาซึ่งแยกออกไปเป็น ศีล สมาธิ ปัญญา เรียกว่า ไตรสิกขา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ดังนี้

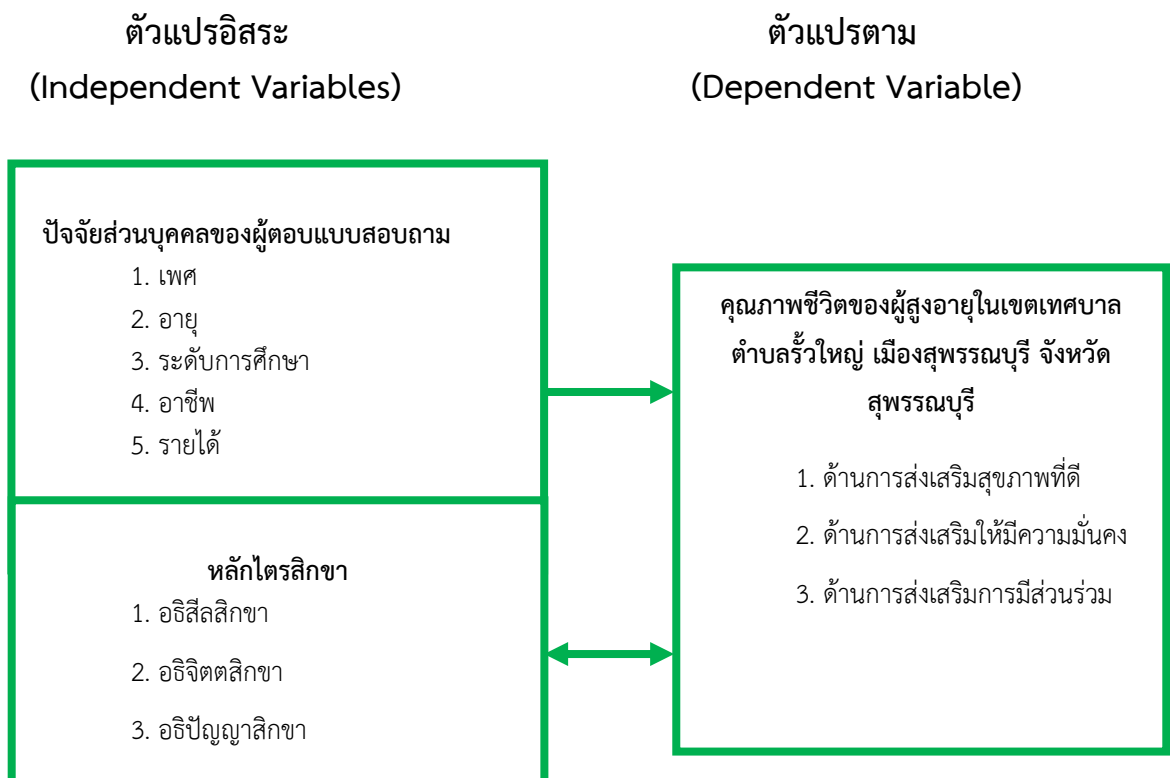
1. **ศีล** หมายถึง ความมีระเบียบในการดำเนินชีวิต และในอยู่ร่วมสังคม หรือพูดให้ง่ายอีกอย่างหนึ่งว่า ได้แก่ ความมีวินัย และการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ กติกา ในการอยู่ร่วมกัน เพื่อให้มีความสัมพันธ์ที่ดีในสังคมชีวิต และสังคมจะได้เรียบร้อยราบรื่น ไม่สับสนวุ่นวาย ไม่ระส่ำระสาย เอื้อโอกาสต่อการที่จะทำอะไร ๆ ให้สะดวก ได้ผลดี และมีความเจริญก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป

2. **สมาธิ** หมายถึง การฝึกฝนอบรมจิตใจให้สงบแน่วแน่มั่นคง เพื่อให้เป็นจิตใจที่สามารถทำงานหรือใช้การได้ดี โดยเฉพาะในการคิดพิจารณาให้เกิดปัญญาหรือใช้ปัญญาอย่างได้ผล อนึ่ง จิตใจที่มีสมาธิ จะเป็นจิตใจที่เอื้อหรือเหมาะต่อการพัฒนาของคุณสมบัติต่าง ๆ คุณธรรมทั้งหลายที่จะเจริญเพิ่มพูนพ่วงมาด้วยในจิตนั้น

3. ปัญญา ได้แก่ การมีความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง และการฝึกฝนอบรมหรือพัฒนาให้มีความรู้ความเข้าใจเช่นนั้น ตลอดจนความจำหมาย และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่ปรากฏหรือสั่งสมอยู่ในใจ ปัญญาทำให้รับรู้และมองดูประสบการณ์นั้น ๆ อย่างถูกต้องตรงตามจริง และอย่างบริสุทธิ์ ไม่ถูกปรุงแต่งด้วยความชอบชังยินดี ยินร้าย ไม่เอนเอียงด้วยอคติต่าง ๆ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป. อ. ปยุตโต, 2564)

สิกขา หรือ ศึกษา แปลว่า การฝึกฝนปฏิบัติหรือเรียนรู้และฝึกทำให้เป็น หลักไตรสิกขาหรือการศึกษา 3 อย่างนี้ เป็นการฝึกพัฒนาชีวิต 3 ด้าน คือ ด้านความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทั้งทางวัตถุ และทางสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ในการกระทำทุกครั้งทุกอย่างไม่ว่าจะแสดงพฤติกรรมอะไรหรือมีกิจกรรมใด ๆ ก็ตาม เราสามารถฝึกฝนพัฒนาตนและสำรวจตรวจสอบตนเองตามหลักไตรสิกขานี้ ให้มีการศึกษาครบทั้งสามอย่างทั้งศีล สมาธิ และปัญญา พร้อมกันไปทุกครั้งทุกครั้ง คือ เมื่อทำอะไรก็พิจารณาว่าพฤติกรรมหรือการกระทำของเราครั้งนี้ มีการเบียดเบียนจะทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ใคร หรือไม่หรือว่าเป็นไปเพื่อ ความเกื้อกูล ช่วยเหลือ ส่งเสริม และสร้างสรรค์ (ศีล) ในการกระทำเดียวกันนี้ จิตใจของเราเป็นอย่างไร เราทำด้วยจิตใจตนที่เห็นแก่ตัว มุ่งร้ายต่อใครทำด้วยความโลภ โกรธ หลง หรือไม่ หรือทำด้วยความเมตตา มีความปรารถนาดี การอบรมระเบียบวินัย ฝึกอบรมเรียนรู้สำหรับงานในปัจจุบันเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเอง (พระสมุห์หลง อธิธัญญาโณ และ คณะ, 2566) เมื่อเข้าใจแล้วจึงลงมือปฏิบัติคือ ทดลองฝึกปฏิบัติตามที่ได้เรียนมา และการปฏิบัตินี้จะนำไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริง (Damnoen et al., 2021) เป็นการบูรณาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสม

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

รูปแบบการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี” เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Method Research) ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) กับกลุ่มตัวอย่างใช้หลักการสุ่มแบบแบ่งชั้น จำนวน 387 คน และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการแจกแบบสอบถามกับการสัมภาษณ์กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่กำหนดไว้ทั้งหมดจำนวน 10 รูปหรือคน

การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยใช้สถิติ ดังนี้

สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลของแบบสอบถาม โดยใช้ตารางแสดงค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามการบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

สถิติอนุมาน (Inferential Statistics) ในการทดสอบสมมติฐานนั้น ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ในส่วนของการพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักไตรสิกขามีมากน้อยเพียงใด โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation) เป็นค่าวัดความสัมพันธ์ ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product-moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานเนื่องจากระดับของตัวแปรที่ใช้เป็นระดับอันดับและสามารถคำนวณได้ทั้งตัวแปรอิสระและตัวแปรตามค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) โดยทั่วไปนิยมใช้สัญลักษณ์ (r) แทนสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของกลุ่มการบอกระดับหรือขนาดของความสัมพันธ์จะใช้ตัวเลขของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์หากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มีค่าเข้าใกล้

ผลการวิจัย

ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามเรื่อง “การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี” จำแนกได้ดังนี้ ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ เพศชาย จำนวน 202 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 52.20 มีอายุมากที่สุดคือ อายุตั้งแต่ 51 ปีขึ้นไปมีจำนวน 149 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 38.50 มีระดับการศึกษามากที่สุดคือ ระดับประถมศึกษา มีจำนวน 126 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 32.60 ประกอบอาชีพมากที่สุดคือ อาชีพลูกจ้างมีจำนวน 120 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 31.00

ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
โดยภาพรวม พบว่า ระดับการบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี อยู่ในระดับมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X} = 4.06$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน

พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านอิทธิพลจิตตสิกขา (สมาธิ) คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X} = 4.11$) รองลงมา คือ ด้านอิทธิพลปัญญาสิกขา (ปัญญา) คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X} = 4.06$) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านอิทธิพลศีลสิกขา (ศีล) คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}=4.03$)

ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม พบว่า ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี อยู่ในระดับมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X} = 4.11$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านการส่งเสริมสุขภาพ คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}=4.08$) รองลงมา คือ ด้านการส่งเสริมให้มีความมั่นคงหรือการมีหลักประกันในชีวิต คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X} = 4.08$) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านการส่งเสริมการมีส่วนร่วม คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}=4.06$)

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างหลักไตรสิกขากับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี

หลักไตรสิกขาโดยภาพรวม และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โดยภาพรวม ของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ($R=0.718^{**}$)เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า ด้านที่มีความสัมพันธ์มากที่สุดคือ หลักไตรสิกขา ด้านอิทธิพลปัญญาสิกขา (ปัญญา) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม ของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ($R=0.766^{**}$)รองลงมา คือ หลักไตรสิกขา ด้านอิทธิพลศีลสิกขา (ศีล) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม ของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับปานกลาง ($R=0.536^{**}$)และด้านที่น้อยที่สุดคือ หลักไตรสิกขา ด้านอิทธิพลจิตตสิกขา (สมาธิ) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม ของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมาก ($R=0.506^{**}$)

ผลการวิเคราะห์แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักไตรสิกขาในเขตเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี

1. การส่งเสริมสุขภาพที่ดีตามหลักไตรสิกขา 1) ศีล (การฝึกฝนพฤติกรรม) ให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่มีผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งด้านจิตใจและอาหารการกินตลอดจนการปรับตัวเข้ากับสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว 2) สมาธิ (การพัฒนาคุณสมบัติต่าง ๆ) เน้นกิจกรรมที่ทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวและผ่อนคลายไม่ฟุ้งซ่านกับปัญหาการใช้ชีวิตประจำวันทั้งทางด้านครอบครัว โดยส่งเสริมกิจกรรมที่สร้างความผ่อนคลาย 3) ปัญญา (การพัฒนาความรู้) การนำเสนอข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์กับผู้สูงอายุที่ทำให้ผู้สูงอายุคอยระวังตัวเองไม่ประมาทและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่มีความเสี่ยงต่อสุขภาพ

2. ด้านการส่งเสริมความมั่นคงตามหลักไตรสิกขา 1) ศีล (การฝึกฝนพฤติกรรม) การเสริมสร้างความเข้าใจผู้สูงอายุให้รู้จักการปล่อยวางไม่ยึดติดและให้ความสำคัญกับการปฏิสัมพันธ์ครอบครัวเพื่อลดปัญหาระหว่างวัย 2) สมาธิ (การพัฒนาคุณสมบัติต่าง ๆ) ดำเนินการบริหารจัดการความรู้ของผู้สูงอายุที่มีความวิตกกังวลในสภาพแวดล้อมทางสังคมที่มาระทบทำให้ขาดความมั่นใจในการดำเนินชีวิต 3) ปัญญา (การพัฒนาความรู้) การพัฒนาความรู้ผู้สูงอายุเพื่อให้รู้จักนำความรู้ที่มีอยู่มาต่อยอดโดยการส่งเสริมช่องทางการเรียนรู้ นำมาสู่ความมั่นคงทางรายได้เป็นหลักประกัน

3. ด้านการส่งเสริมการมีส่วนร่วมตามหลักไตรสิกขา 1) ศีล (การฝึกฝนพฤติกรรม) ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนทั้งทางด้านการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการ

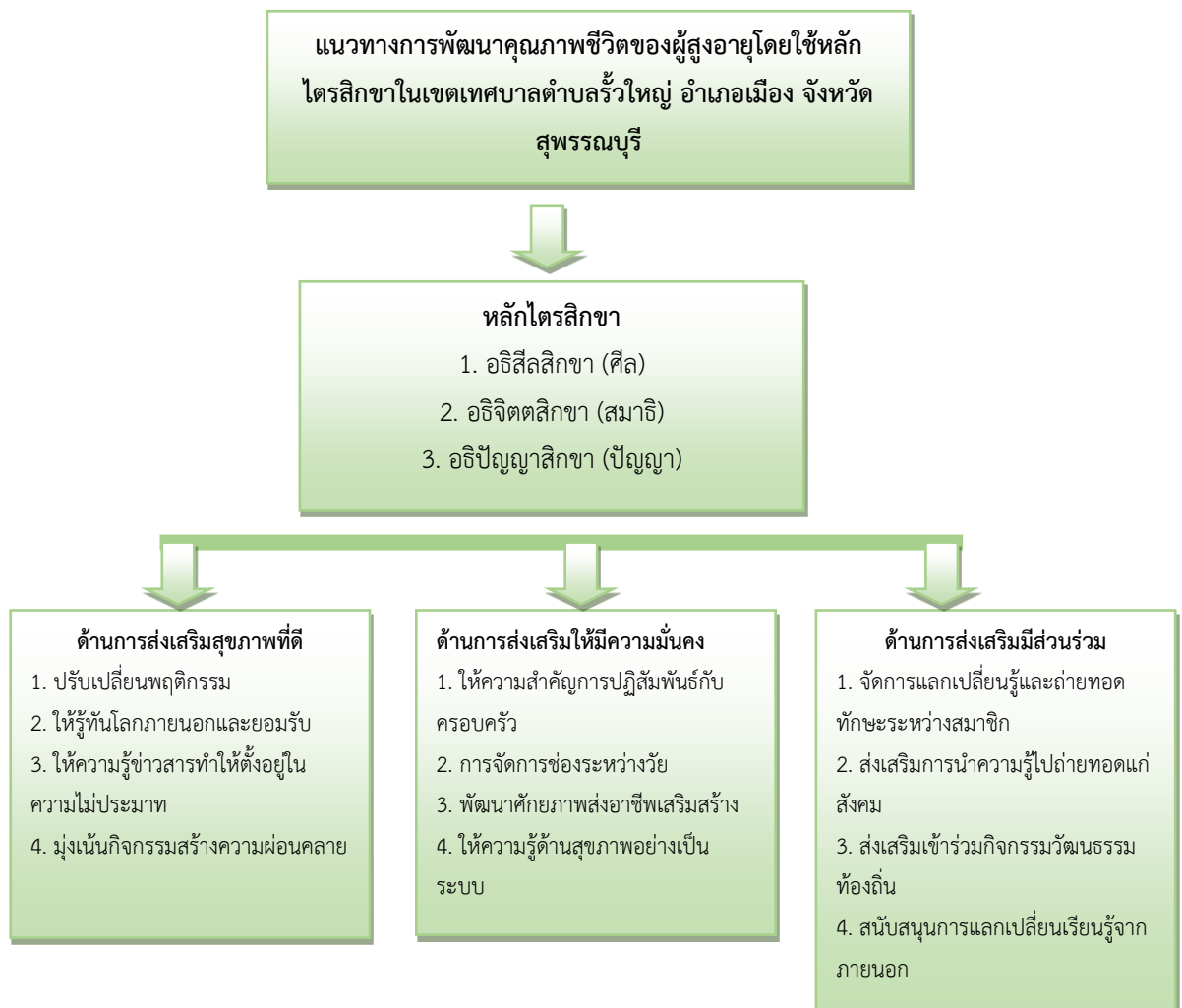
ถ่ายทอดทักษะให้แก่เยาวชนได้รับองค์ความรู้ที่มีอยู่จากประสบการณ์ทำให้ผู้สูงอายุได้มีปฏิสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น 2) สมาธิ (การพัฒนาคุณสมบัติต่าง ๆ) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุนำความรู้มาถ่ายทอดและการมีส่วนร่วมในการฟื้นฟูรักษาความเป็นอัตลักษณ์ของท้องถิ่นของตน 3) ปัญญา (การพัฒนาความรู้) ส่งเสริมสนับสนุนให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากภายนอกโดยการมีส่วนร่วมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามาสนับสนุนในการจัดกิจกรรมพัฒนาความรู้ของผู้สูงอายุเพื่อดึงเอาศักยภาพของผู้สูงอายุมานำมาพัฒนาชุมชนของตนเอง

อภิปรายผลการวิจัย

การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ระดับการบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านอธิจิตตสิกขา (สมาธิ) คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โดยภาพรวม ของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า ด้านที่มีความสัมพันธ์มากที่สุดคือ หลักไตรสิกขา ด้านอธิปัญญาสิกขา (ปัญญา) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม ของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง การส่งเสริมสุขภาพที่ดีตามหลักไตรสิกขา 1) ศีล ให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่มีผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งด้านจิตใจและอาหารการกินตลอดจนการปรับตัวเข้ากับสังคม 2) สมาธิ เน้นกิจกรรมที่ทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวและผ่อนคลายไม่ฟุ้งซ่านกับปัญหาการใช้ชีวิตประจำวันทั้งทางด้านครอบครัว 3) ปัญญา การนำเสนอข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์กับผู้สูงอายุที่ทำให้ผู้สูงอายุคอยระวังตัวเองไม่ประมาท ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จันทรเพ็ญ สุริยวงษ์ (2554) พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในแต่ละอำเภอมีความแตกต่างกัน และปัจจัยการเข้าร่วมกิจกรรมมีความสัมพันธ์ กับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ด้านการส่งเสริมความมั่นคงตามหลักไตรสิกขา 1) ศีล การเสริมสร้างความเข้าใจผู้สูงอายุให้รู้จักการปล่อยวางไม่ยึดติดและให้ความสำคัญกับการปฏิสัมพันธ์ครอบครัวเพื่อลดปัญหาระหว่างวัย 2) สมาธิ ดำเนินการบริหารจัดการความรู้ของผู้สูงอายุที่มีความวิตกกังวลในสภาพแวดล้อมทางสังคมที่มากกระทบทำให้ขาดความมั่นใจในการดำเนินชีวิต 3) ปัญญา การพัฒนาความรู้ผู้สูงอายุเพื่อให้ได้รู้จักนำความรู้ที่มีอยู่มาต่อยอดโดยการส่งเสริมช่องทางการเรียนรู้นำมาสู่ความมั่นคงทางรายได้เป็นหลักประกัน ด้านการส่งเสริมการมีส่วนร่วมตามหลักไตรสิกขา 1) ศีล ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนทั้งทางด้านการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการถ่ายทอดทักษะให้แก่เยาวชนได้รับองค์ความรู้ที่มีอยู่จากประสบการณ์ทำให้ผู้สูงอายุได้มีปฏิสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น 2) สมาธิ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุนำความรู้มาถ่ายทอดและการมีส่วนร่วมในการฟื้นฟูรักษาความเป็นอัตลักษณ์ของท้องถิ่นของตน 3) ปัญญา ส่งเสริมสนับสนุนให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากภายนอกโดยการมีส่วนร่วมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามาสนับสนุนในการจัดกิจกรรมพัฒนาความรู้ของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับการวิจัยของพระปลัดสมชาย ดำเนิน และ พระมหา นันทวิทย์ ธีรภทโท (2562) พบว่า ผู้สูงอายุมองมีความรู้ความสามารถ ยังคงทำงานหรือเป็นอาสาสมัครในชุมชนนั้นๆ เศรษฐกิจของชุมชนก็จะได้รับประโยชน์จากผู้สูงวัยที่ยังทำงานอยู่ในชุมชนในขณะที่ประชากรวัยเด็กและวัยหนุ่มสาวจะได้รับประโยชน์จากการอยู่ร่วมกันระหว่างประชากรต่างวัยทั้งเรื่องการเรียนรู้และการทำงานร่วมกัน

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย



ภาพที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

เทศบาลตำบลควรจัดทำแผนการพัฒนาระบบบริการด้านสาธารณสุข สร้างสถานบริการสาธารณสุขให้ทันสมัย พร้อมให้บริการประชาชน ให้มีการบริการตรวจสุขภาพประจำปี ยาและอุปกรณ์กายภาพบำบัดต่างๆ ฟรี

เทศบาลตำบลควรมีนโยบายการฝึกอบรมให้ความรู้เท่าทันทางสังคมกับผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้สูงอายุ

เทศบาลตำบลควรมีการจัดทำแผนการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาถ่ายทอดแก่เยาวชน

เทศบาลตำบลควรร่วมมือกับวัดจัดโครงการนำหลักธรรมะสอนควบคู่กับการดำเนินชีวิต สอนปฏิบัติธรรมนั่งกรรมฐานและการเดินจงกรม

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรศึกษาคุณภาพชีวิตด้านอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเช่น การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมด้านการศึกษา การส่งเสริมอาชีพหลังวัยเกษียณที่เหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อสังคมผู้สูงอายุ
- 2) ควรศึกษาการนำหลักวิถีพุทธด้านอื่นๆ เช่น พหุการธรรม 4 จักร 4 เป็นต้น เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลและหน่วยงานอื่นๆ
- 3) ควรนำหลักวิถีพุทธในการวิจัยครั้งนี้คือ หลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้กับพื้นที่หรือหน่วยงานอื่นๆ เช่น เยาวชน บุคคลวัยทำงาน ข้าราชการ เป็นต้น เพื่อจะได้นำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เป็นรูปธรรมมากขึ้นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- จันทร์เพ็ญ สุริยวาทษ์. (2554). คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบูรณ์. *วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม*, 34(1), 84-97.
- จินตนา อาจสันเทียะ และ รัชณีย์ ป้อมทอง. (2561). แนวโน้มการดูแลผู้สูงอายุในศตวรรษที่ 21: ความท้าทายในการพยาบาล. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 19(1), 39-46.
- พระปลัดสมชาย ดำเนิน และ พระมหานันทวิทย์ อีรภทโท. (2562). การพัฒนาตัวชี้วัดคุณลักษณะผู้สูงอายุกลุ่มผู้เกษียณราชการ. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์*, 6(3), 209-227.
- พระสมุห์หลง อธิธัญญาโณ, พงศ์พัฒน์ จิตตานรักษ์, สุริยา รักษาเมือง และ พระมหาสุพัฒน์ นนทปญโญ. (2566). การประยุกต์หลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ขององค์การบริหารส่วนตำบลปางหมู อำเภอเมืองแม่ฮ่องสอน จังหวัดแม่ฮ่องสอน. *วารสารพุทธนวัตกรรมการจัดการ*, 6(5), 1-13.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2564). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. (พิมพ์ครั้งที่ 56). กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
- Damnoen, P. S., Siri, P., Supattho, P. S., & Kaewwilai, K. (2021). The Development of Student Characteristics in According to the Nawaluk Framework of the Buddhist integration of Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College. *Asia Pacific Journal of Religions and Cultures*, 5(2), 126–135.