

การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภavana 4 ขององค์การบริหารส่วน
ตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
The Promotion of Well-Being for the Elderly Based on Bhavana 4
of Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization,
Mueang District, Suphan Buri Province

¹พระสมุห์ธนาวุฒิ สู้สุข, ²วิชชุกร นาครธน, ³พระครูโสภณวีรานุวัตร (นิคม เกตุคง)
และ ⁴อัฉรา หล่อตระกูล

¹Phrasamu Tanawoot Soosuk, ²Wichchukorn Nakthon, ³Phrakhrusophonveeranuwat
(Nikom Ketkong) and ⁴Achara Lortrakul

¹²³มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

⁴มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

¹²³Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

⁴Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University, Thailand.

E-mail: ¹tanawoot2524@gmail.com, ²witchugon@yahoo.co.th, ³nikom.ket@mcu.ac.th,

⁴nmpungnaka@hotmail.com

Received September 1, 2024; Revised December 13, 2024 ; Accepted December 21, 2024

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างหลักภavana 4 กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง และ 3) เพื่อนำเสนอแนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภavana 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง เป็นการวิจัยแบบผสานวิธี กลุ่มตัวอย่างใช้หลักการสุ่มแบบแบ่งชั้น จำนวน 371 คน และการศึกษาเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการแจกแบบสอบถามกับการสัมภาษณ์กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่ได้กำหนดไว้ทั้งหมดจำนวน 9 รูปหรือคน โดยการทดสอบสมมติฐานศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างหลักภavana 4 กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง สถิติที่ใช้คือ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัย พบว่า 1) ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง โดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 2) ความสัมพันธ์ระหว่างหลักภavana 4 กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง และ 3) แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภavana 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง 1) ด้านกายภavana คือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องร่วมมือกันในการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของคนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง 2) ด้านศีลภavana คือ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุและคนในชุมชนได้ร่วมกันทำกิจกรรมทางศาสนา ตามประเพณี วัฒนธรรม และวันสำคัญต่าง ๆ 3) ด้านจิตภavana คือ องค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง ควรกำหนดแผนงาน และนโยบายต่าง ๆ ในดูแลผู้สูงอายุอย่างครบถ้วน รวมไปถึงการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมอย่างมีความสุข และ 4) ด้านปัญญาภavana คือ จัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนา

คุณภาพชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ ได้แก่ การบริการตรวจสุขภาพ การจ่ายเบี้ยยังชีพ การจัดกิจกรรมนันทนาการ การจัดกิจกรรมทางศาสนา

คำสำคัญ : การส่งเสริม; สุขภาวะ; หลักภavana 4

Abstract

This article aims to 1) study the level of health promotion for the elderly of Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization, 2) study the relationship between the Bhavana 4 and health promotion for the elderly of Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization, and 3) propose the guideline for health promotion for the elderly according to Bhavana 4 of Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization. This research was mixed-methods research. The sample group used stratified random sampling with 371 people and qualitative research by in-depth interviews with key informants. Data was collected by distributing questionnaires and interviewing 9 key informants. The hypothesis was tested to study the relationship between the four meditation principles and health promotion for the elderly of Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization. The statistics used were: By using Pearson's correlation coefficient, the research results found that 1) the level of health promotion for the elderly of Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization as a whole had a high average value; 2) the relationship between the Bhavana 4 and health promotion for the elderly had a high positive relationship; and 3) the guidelines for health promotion for the elderly according to the Bhavana 4 of Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization were as follows: 1) Physical meditation: agencies related to promoting the quality of life of the elderly must cooperate in organizing continuous health promotion projects for people in the community. 2) Moral meditation: promote and support the elderly and community members to participate in religious activities according to traditions, cultures, and important days. 3) Mental meditation: Bihan Daeng Subdistrict Administrative Organization should set plans and policies to take care of the elderly completely, including organizing various activities for the elderly to participate happily. 4) Wisdom meditation: organize social welfare to develop the quality of life of the elderly, such as health check-ups, paying living allowances, and organizing recreational and religious activities.

Keywords: Promotion; Well-being; Bhavana 4

บทนำ

การสูงวัยของประชากรเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในประเทศต่างๆ ทั่วโลกจากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุได้ระบุว่า ในปี พ.ศ. 2559 โลกของเรามีประชากรทั้งหมดประมาณ 7,433 คน ในจำนวนนี้เป็นประชากรสูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 929 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 12.5 ของประชากรทั้งหมด และมีแนวโน้มว่าประชากรโลกจะมีอายุสูงขึ้นเรื่อย ๆ ในขณะที่ประเทศพัฒนาแล้วได้กลายเป็นประเทศที่เข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ไปแล้วทุกประเทศ ส่วนประเทศที่กำลังพัฒนากำลังมีประชากรวัยสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว หลาย

ประเทศได้กลายเป็นสังคมสูงอายุแล้ว และหลายประเทศกำลังจะกลายเป็นสังคมสูงอายุ (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย และ สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559)

ในปัจจุบันผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อม การส่งเสริมสุขภาพและการดูแลสุขภาพ จึงควรเน้นในเรื่องของการคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในระยะยาว ซึ่งเป็นการให้บริการที่ครอบคลุมด้านสุขภาพ ด้านจิตวิทยาสังคม การดูแลสุขภาพเหลือในการดำรงชีวิต และกิจวัตรประจำวันซึ่งเป็นการดูแลอย่างต่อเนื่องตามศักยภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุแต่ละกลุ่ม สอดคล้องกับความจำเป็นพื้นฐานของชีวิตโดยเฉพาะผู้สูงอายุในทุกกิจกรรมของชีวิตประจำวันมีสุขภาพร่างกายดีสามารถดูแลตนเองพึ่งตนเองได้ตามสมควรยอมรับสภาพความเป็นจริงของชีวิตเป็นการดับทุกข์ทางกายและทางจิตใจในช่วงเวลาที่เหลืออยู่น้อยก่อให้เกิดความสุขอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ตามปกติไม่เกิดปัญหาใดๆ (พระปลัดสมชาย ดำเนิน และ พระมหานันทวิทย์ ธีรภทฺโท, 2562) การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุตั้งแต่ยังมีสุขภาพดี ให้อยู่ระยะเวลาของการมีสุขภาพดีให้ยาวนานที่สุด เพื่อให้มีการพัฒนาสุขภาพกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ (นวรรตน์ ไชยมภู และ คณะ, 2562)

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตตำบลพิหารแดง อำเภอเมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี ส่วนใหญ่ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยมีการจ่ายเบี้ยยังชีพและจัดสวัสดิการต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุครอบคลุมเกือบทุกพื้นที่ แต่ตัวผู้สูงอายุเองมีปัญหาทางด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ ความรู้ สังคม จิตใจ ครอบครัว และค่านิยมที่เปลี่ยนแปลง เมื่อผู้สูงอายุอยู่ในสภาพที่ต้องการผู้ดูแล สมาชิกของครอบครัว จึงต้องเข้ามามีบทบาทให้มากขึ้น ซึ่งในสถานการณ์ปัจจุบันโครงสร้างของครอบครัวได้เปลี่ยนแปลงไปจากอดีต โดยมีขนาดครัวเรือนลดลงทำให้ครอบครัวมีความอ่อนแอจนไม่สามารถดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้ จากปัญหาข้างต้นทำให้เทศบาลเมืองสุพรรณบุรีจึงได้ตระหนักถึงความเข้มแข็งของประชาชน ครอบครัว และชุมชนว่ามีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตและความเข้มแข็งของประชาชนมากกว่าการให้บริการจากหน่วยงานของรัฐ (เทศบาลเมืองสุพรรณบุรี, 2564)

บทความนี้นำเสนอการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง โดยใช้หลักภาวะ 4 อย่างจริงจังจะช่วยส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนให้มีการดำรงชีวิตอย่างถูกต้อง รู้จักพึ่งตนเอง สร้างความยั่งยืนหมั่นเพียร สร้างตนเองให้มีความมั่นคง และมั่นคง ก่อให้เกิดประโยชน์สุขในปัจจุบัน มีการใช้ชีวิต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างหลักภาวะ 4 กับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง
3. เพื่อนำเสนอแนวทางการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง

สมมติฐานการวิจัย

1. หลักภาวะ 4 มีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง
2. หลักกายภาวะ (การเจริญกาย) มีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง
3. หลักศีลภาวะ (การเจริญศีล) มีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง

4. หลักจิตภาวนา (การเจริญจิต) มีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง
5. หลักปัญญาภาวนา (การเจริญปัญญา) มีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาวะ

“สุขภาวะ” หรือ “สุขภาพ” เป็นคำเดียวกัน ในภาษาบาลี แต่ภาษาไทยแผลง “ว” เป็น “พ” เป็นคำว่า “สุขภาพ” เมื่อความหมายของสุขภาพ คือ สุขภาพทางกาย จิต สังคม และปัญญา จึงสื่อความหมายใกล้เคียงความสุข ภาวะที่ปลอดทุกข์ เป็นสุข เป็นภาวะที่สมบูรณ์ (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตโต, 2551) การสร้างเสริมสุขภาพ เป็นการให้บริการสร้างเสริมสุขภาพโดยบุคลากรสาธารณสุข เป็นการบริการการสร้างเสริมสุขภาพแก่ผู้รับบริการ เช่น การให้ความรู้ด้านสุขภาพ และเป็นการสร้างเสริมสุขภาพโดยกระบวนการเคลื่อนไหวทางสังคมในการที่จะให้ประชาชนมีความสามารถในการควบคุมปัจจัยที่กำหนดสุขภาพอันจะมีผลดีต่อสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ คือ กระบวนการกระตุ้นบุคคล กลุ่ม ให้สามารถควบคุมและปรับปรุงสุขภาพเพื่อให้สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม รวมทั้งสามารถบ่งบอกและเกิดความตระหนักที่จะทำให้เกิดความพึงพอใจทั้งบุคคลและสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ด้านด้วยกัน ได้แก่ การให้ความรู้ การป้องกันโรค และการให้ภูมิคุ้มกันด้านสุขภาพ (ศิริพร จริยาจิรวัฒนา และ คณะ 2565)

สรุปได้ว่า “สุขภาพ” คือภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล สุขภาพจึงแยกไม่ได้จากวิถีชีวิตที่จะต้องดำเนินไปบนพื้นฐานของความต้องพอดี โดยดำรงอยู่ในกรอบครัวชุมชนและสังคมที่พัฒนาอย่างสมดุลสุขภาวะทางจิตวิญญาณในปัจจุบันใช้คำว่า สุข ภาวะด้านปัญญา หมายถึง ความฉลาดรู้ นำไปสู่ชีวิตที่สมดุล สุขภาพนี้ได้มีการเปลี่ยนจุดเน้นเดิมซึ่งพูดถึงเรื่องการแก้ปัญหาเมื่อเกิดโรคภัยไข้เจ็บขึ้นแล้วเป็นหลัก ต่อมาได้เน้นในเรื่องของการป้องกันหรือการสร้างเสริมสุขภาพ ก่อนที่จะเกิดโรคขึ้นควบคู่กันไปด้วย

หลักภาวนา 4

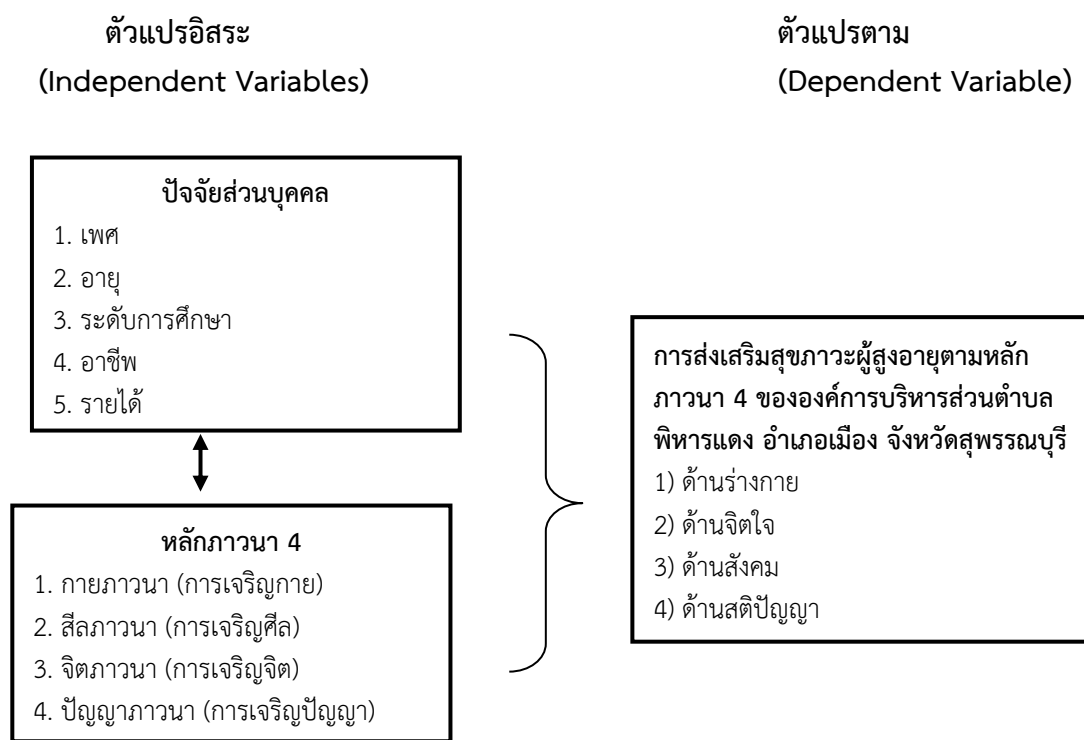
ภาวนา หมายถึงการทำให้เป็นให้มีขึ้น การฝึกอบรม การพัฒนา ภาวนา 4 (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ประกอบด้วย 1) กายภาวนา คือ การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรม ให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดีและปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงามให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ 2) สิลภาวนา คือ การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล การปฏิบัติตนให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน 3) จิตภาวนา คือ การเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีการเมตตา มีฉันทะขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิและมีความสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น 4) ปัญญาภาวนา คือการเจริญปัญญา การพัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต, 2544) มนุษย์สามารถฝึกตนให้เกิดความรู้ความเข้าใจได้ในสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามความเป็นจริง จนจิตเป็นอิสระหลุดพ้นจากกิเลส ผ่องใส เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานโดยสมบูรณ์ สามารถคิดพิจารณาแก้ไขปัญหาต่างๆ และทำกิจกรรมทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริงของตนเอง ต่อผู้อื่น ต่อสังคมและต่อประเทศชาติในที่สุด (Damnoen et al., 2021) และได้กล่าวถึงกระบวนการพัฒนาตนที่

ดำเนินไปภายในตัวบุคคล ศึกษาความรู้ ความเข้าใจ แนวคิดทัศนคติ ค่านิยมที่ถูกต้อง สอดคล้องกับความเป็นจริงที่เกื้อกูลแก่ชีวิตตนและสังคม

หลักภาวนา 4 นี้มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ตลอดถึงการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตของตนเองและการแก้ปัญหาในการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยภาวนา 4 อย่างเป็นระบบ นำไปสู่การจัดการกับชีวิตได้อย่างเหมาะสม โดยปราศจากความทุกข์ เป็นผู้ที่พัฒนาแล้ว โดยปรากฏให้เห็นได้ในการดำเนินชีวิตหลักภาวนา 4 นี้ จึงเป็นคุณสมบัติที่เพิ่มคุณค่าให้แก่บุคคลและเป็นคุณค่าที่มีความสำคัญมากต่อสังคม โดยเฉพาะการปฏิบัติในสังคมและการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาเรื่อง “การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี” จากการทบทวน แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework) ประกอบด้วยตัวแปรอิสระ (Independent Variables) และตัวแปรตาม (Dependent Variable) ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี” ผู้วิจัยใช้รูปแบบการวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Methods Research) กล่าวคือ ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) กับกลุ่มประชาชนในพื้นที่เทศบาลตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมืองจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 371 คน โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการแจกแบบสอบถาม พร้อมทั้งใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) และ

สนทนากลุ่ม (Group Discussion) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) จำนวน 13 รูปหรือคน โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่กำหนดไว้

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยใช้สถิติ ดังนี้

สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics)) ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลของแบบสอบถาม โดยใช้ตารางแสดงค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุตามหลักทฤษฎี 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

สถิติอนุมาน (Inferential Statistics) ในการทดสอบสมมติฐานนั้น ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ในส่วนของการพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุกับหลักทฤษฎี 4 ว่ามีมากน้อยเพียงใด โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation) เป็นค่าวัดความสัมพันธ์ ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product-moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานเนื่องจากระดับของตัวแปรที่ใช้เป็นระดับอันดับและสามารถคำนวณได้ทั้งตัวแปรอิสระและตัวแปรตามค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) โดยทั่วไปนิยมใช้สัญลักษณ์ (r) แทนสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของกลุ่มการบอกระดับหรือขนาดของความสัมพันธ์จะใช้ตัวเลขของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

ผลการวิจัย

สถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 191 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 51.50, มีอายุมากที่สุดคือ ตั้งแต่ 51 ปีขึ้นไป มีจำนวน 132 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 35.60, มีการศึกษามากที่สุดคือ ระดับประถมศึกษา มีจำนวน 109 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 29.40, ประกอบอาชีพมากที่สุดคือ เกษตรกร มีจำนวน 121 คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 32.60, และมีรายได้ต่อเดือนมากที่สุดคือ 10,001- 20,00 บาท มีจำนวน 131คน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 35.30

ระดับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุตามหลักทฤษฎี 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

ผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับระดับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม ได้แก่ ด้านกายภาพ ด้านสรีระร่างกาย ด้านจิตภาพ และด้านปัญญาภาพ รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม

(n=371)

การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ของ องค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี	ระดับการปฏิบัติ		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ด้านกายภานา (การเจริญกาย)	4.10	0.80	มาก
2. ด้านสืลภานา (การเจริญสืล)	4.11	0.79	มาก
3. ด้านจิตภานา (การเจริญจิต)	4.14	0.74	มาก
4. ด้านปัญญาภานา (การเจริญปัญญา)	4.12	0.75	มาก
ภาพรวม	4.11	0.77	มาก

จากตารางที่ 1พบว่า การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}=4.11$, S.D.=0.77) อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านจิตภานา (การเจริญจิต) มีค่าเฉลี่ยคือ ($\bar{X}=4.14$, S.D.=0.74) อยู่ในระดับมาก รองลงมาคือ ด้านปัญญาภานา (การเจริญปัญญา) มีค่าเฉลี่ยคือ ($\bar{X}=4.12$, S.D.=0.75) อยู่ในระดับมาก และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ด้านกายภานา (การเจริญกาย) มีค่าเฉลี่ยคือ ($\bar{X}=4.10$, S.D.=0.80) อยู่ในระดับมาก

ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี สรุปได้ดังนี้

ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก พิจารณาเป็นรายด้าน ได้ดังนี้

1) ด้านร่างกาย ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 1. รู้สึกสุขภาพร่างกายของท่านสมบูรณ์แข็งแรงดี อยู่ในระดับมาก

2) ด้านจิตใจ ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 5.พยายามขจัดความโลภ โกรธ หลง ให้มีเหลือน้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ อยู่ในระดับมาก

3) ด้านสังคม ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 2. กับบุคคลภายในชุมชนมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน อยู่ในระดับมาก

4) ด้านสติปัญญา ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพินาแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ข้อ 5. เข้าใจความจริง เชนิษปัญหาและแก้ปัญหาด้วยเหตุผล อยู่ในระดับมาก

ความสัมพันธ์ระหว่างหลักภาวะ 4 กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี

หลักภาวะ 4 โดยภาพรวม และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า 4. ด้านปัญญาภาวะ (การเจริญปัญญา) โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง เป็นลำดับแรก รองลงมา คือ 3. ด้านจิตภาวะ (การเจริญจิต) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง และด้านที่น้อยที่สุดคือ 2. ด้านสรีลภาวะ (การเจริญศีล) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมาก

แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

1) ด้านกายภาวะ คือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องร่วมมือกันในการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของคนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง เช่น โครงการสาธารณสุขเคลื่อนที่เพื่อตรวจสุขภาพประจำปี ฉีดวัคซีนป้องกันโควิด กิจกรรมยืดเหยียดกล้ามเนื้อและการออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการศึกษาเรียนรู้วิชาการต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีร่างกายที่แข็งแรง

2) ด้านสรีลภาวะ คือ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุและคนในชุมชนได้ร่วมกันทำกิจกรรมทางศาสนาตามประเพณี วัฒนธรรม และวันสำคัญต่าง ๆ ทำให้เกิดความรัก ความสามัคคีของคนในชุมชน สามารถประพฤติอยู่ในศีลธรรมอันดี และปฏิบัติตนตามกฎหมายระเบียบของสังคม

3) ด้านจิตภาวะ คือ องค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง ควรกำหนดแผนงาน และนโยบายต่าง ๆ ในดูแลผู้สูงอายุอย่างครบถ้วน รวมไปถึงการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับคนทุกวัย ความเคารพรัก และความสามัคคี ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุข

4) ด้านปัญญาภาวะ คือ จัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ เช่น การบริการตรวจสุขภาพ การจ่ายเบี้ยยังชีพ การจัดกิจกรรมนันทนาการ การจัดกิจกรรมทางศาสนา และสวัสดิการสังคมในด้านต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยจะได้นำประเด็นที่สำคัญและน่าสนใจมาอภิปรายผล ดังนี้

ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า

การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุสามารถนำหลักภาวะ 4 มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งจะต้องดำเนินไปพร้อม ๆ กันทั้ง 4 ทางคือ การพัฒนาทางกายภาวะ สรีลภาวะ จิตภาวะ และปัญญาภาวะ สอดคล้องกับงานวิจัยของนิชาพัฒน์ คำดี (2565) พบว่า หลักภาวะ 4 สามารถนำมาปรับใช้ในพุทธจริยธรรมกับส่งเสริมการปฏิบัติงานของบุคลากรยุคชีวิตวิถีใหม่ จะทำให้เกิดความสุขทางกายและปฏิบัติตามหลักจิตตภาวะ และปัญญาภาวะ จะทำให้เกิดความสุขทางใจ ซึ่งบุคลากรที่ปฏิบัติตามโดยสมบูรณ์แล้วย่อมส่งผลให้การปฏิบัติงานที่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของพระครูสุทธธรรมา นิมิตตชัย และ คณะ (2565) พบว่า การพัฒนาคนให้เป็นคนเก่งคิดเก่งทำนั้น เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบภาวะทั้งภายในและ ภายนอก ได้แก่ ด้านจิตใจสติปัญญา ความรู้ความสามารถ อารมณ์และความรู้สึกด้านร่างกายคือ ความมีสุขภาพจิตที่ดีจะส่งผลต่ออารมณ์ในการคิดการทำงานให้เป็นบวก ด้านสติปัญญาจะส่งผลต่อสมาธิในการคิดพัฒนางานและการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงานได้ดี ร่างกายประพฤติปฏิบัติตนเป็นไปในทางคุณประโยชน์ต่อองค์กรตรงต่อเวลาและมีระเบียบ

วินัยในการทำงาน ด้านปัญญา คือมีความรู้ความสามารถทักษะที่เหมาะสมต่อองค์กรนำไปสู่การตอบรับต่อความเปลี่ยนแปลงขององค์กรตามเป้าหมายที่ต้องการ สอดคล้องกับการวิจัยของอารยา แซ่โล็ก และ คณะ (2566) พบว่าแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ คือ ควรส่งเสริม การมีส่วนร่วมเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม ประกอบกับการพัฒนาผู้สูงอายุให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

ระดับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุรับรู้และพึงพอใจในการดำรงชีวิตของตนเอง สามารถดำรงอยู่ชีวิตอยู่ได้อย่างเหมาะสมทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านสุขภาพทางกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา เมื่อบุคคลมีการพัฒนาแล้วจึงจะส่งผลต่อไปยังการพัฒนาสังคม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทรภรณ์ ดวงเรือง (2563) พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านการสนับสนุนทางสังคม ด้านการมีส่วนร่วม ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม และด้านการส่งเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ดังนั้น ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสามารถนำผลการศึกษาไปขับเคลื่อนขยายผลในการพัฒนาการดำเนินงานให้เกิดความต่อเนื่องในการกำหนดนโยบาย การจัดกิจกรรม แผนงานต่าง ๆ ที่เป็นการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินกิจกรรมให้มีความสอดคล้องต่อความต้องการของผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ความสัมพันธ์ระหว่างหลักภาวะ 4 กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง เมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี

ความสัมพันธ์ระหว่างหลักภาวะ 4 กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และเมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า พบว่า ด้านปัญญาภาวะ (การเจริญปัญญา) โดย มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง เป็นลำดับแรก รองลงมา คือ ด้านจิตภาวะ (การเจริญจิต) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ด้านกายภาวะ (การเจริญกาย) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง และด้านที่น้อยที่สุดคือ ด้านศีลภาวะ (การเจริญศีล) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทรภรณ์ ดวงเรือง (2563) พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

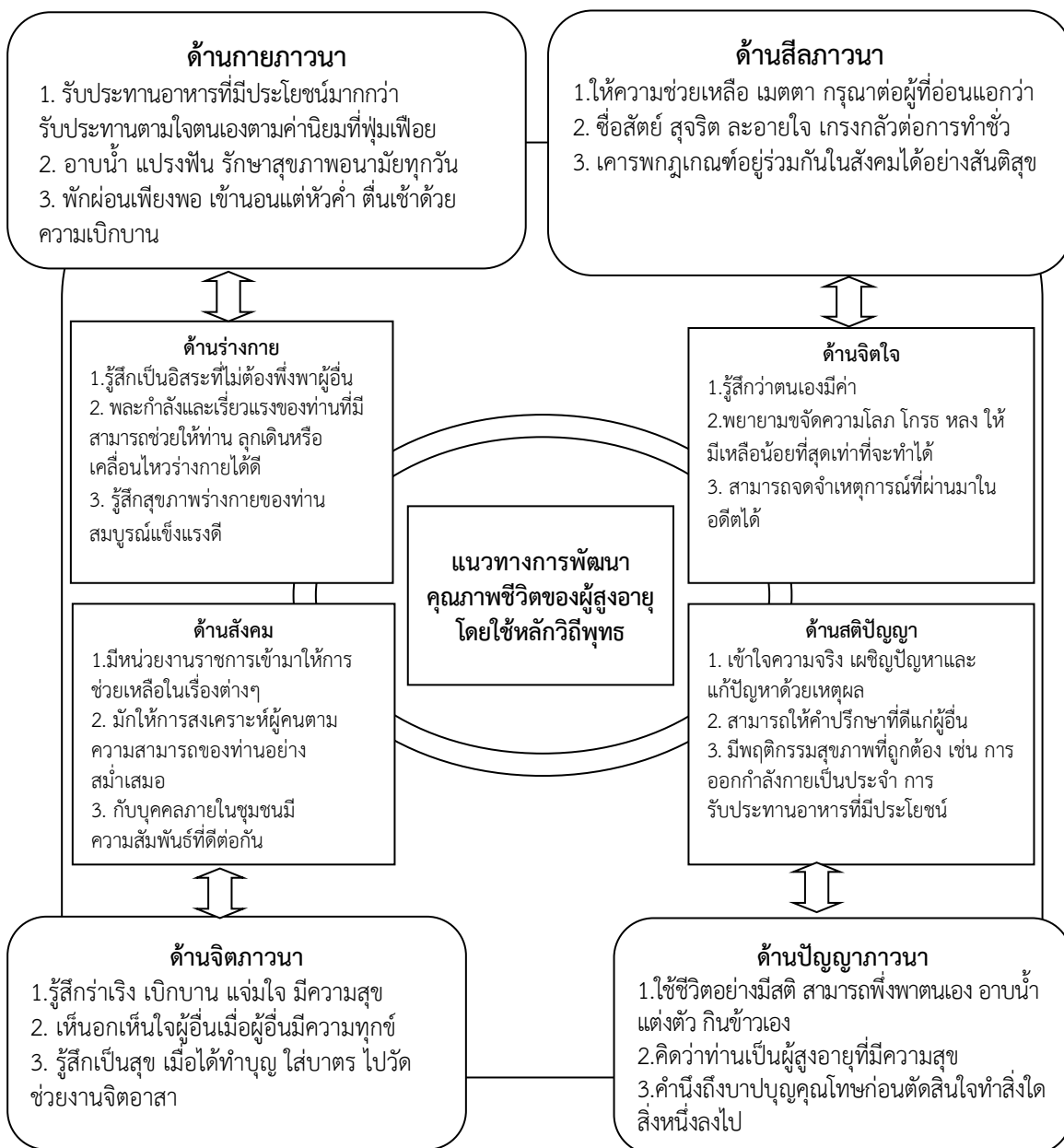
แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องร่วมมือกันในการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของคนในชุมชนอย่างต่อเนื่องกำหนดนโยบายและงบประมาณในการส่งเสริมระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยบูรณาการร่วมกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อไม่ให้เกิดความซ้ำซ้อนระหว่างหน่วยงาน ทำให้เกิดความรักความสามัคคีของคนในชุมชน สามารถประพัตอยู่ในศีลธรรมอันดี และปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม สอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาภคศิษฐ์ มหาวิริโย และ พระมหามิตร ฐิตปญโญ (2560) พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักภาวะ 4 เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในกระบวนการต่างๆ ได้แก่ กระบวนการพัฒนาทางร่างกาย กระบวนการพัฒนาทางจิตใจ กระบวนการพัฒนาทางด้านความประพฤติ และกระบวนการพัฒนาทางด้านความรู้ เพื่อให้เกิดกระบวนการที่ดึงดูดสำหรับบุคคลในการดำเนินชีวิตร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข สอดคล้องกับงานวิจัยของชลธิชา จิรภักพงค์ (2562) พบว่า การเสริมสร้างสุขภาวะตามแนววิถีพุทธในการบูรณาการสาธารณสุขชุมชนเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี จำเป็นต้องคำนึงถึงปัญหาการเสริมสร้างสุข

ภาวะ ได้แก่ การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกัน การรักษาพยาบาล การฟื้นฟู และกระบวนการบริหารจัดการแบบมีส่วนร่วม สอดคล้องกับงานวิจัยของภัทรภรณ์ ดวงเรือง (2563) พบว่า การที่ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เป็นแรงกระตุ้นต่อผู้สูงอายุในการดำรงชีวิตได้มากขึ้น

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี” ผู้วิจัยได้สรุปองค์ความรู้ ดังแผนภาพที่ 2



แผนภาพที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากแผนภาพที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย สามารถอธิบายโดยสังเขปได้ดังนี้

1. แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ด้านกายภานา คือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องร่วมมือกันในการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของคนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง

2. แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ด้านสื่ภานา คือ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุและคนในชุมชนได้ร่วมกันทำกิจกรรมทางศาสนา ตามประเพณี วัฒนธรรม และวันสำคัญต่าง ๆ

3. แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ด้านจิตภานา คือ องค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง ควรกำหนดแผนงาน และนโยบายต่าง ๆ ในดูแลผู้สูงอายุอย่างครบถ้วน รวมไปถึงการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม

4. แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลพิหารแดง อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ด้านปัญภานา คือ จัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ เช่น การบริการตรวจสอบสุขภาพ การจ่ายเบี้ยยังชีพ การจัดกิจกรรมนันทนาการ การจัดกิจกรรมทางศาสนา และสวัสดิการสังคมในด้านต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

องค์การบริหารส่วนตำบลควรมีการบริการด้านสาธารณสุข สร้างสถานบริการสาธารณสุขให้ทันสมัย พร้อมให้บริการประชาชน ให้มีการบริการตรวจสอบสุขภาพประจำปี ยาและอุปกรณ์กายภาพบำบัดต่างๆ ฟรี

องค์การบริหารส่วนตำบลควรจัดแพทย์ พยาบาลมาให้ความรู้กับผู้สูงอายุเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ทั้งด้านโภชนาการการฟื้นฟู สมรรถภาพร่างกายและจิตใจ โรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับวัยผู้สูงอายุ

องค์การบริหารส่วนตำบลควรร่วมมือกับวัดจัดโครงการนำหลักธรรมะสอนควบคู่กับการดำเนินชีวิต สอนปฏิบัติธรรม นั่งกรรมฐานและการเดินจงกรม

องค์การบริหารส่วนตำบลควรจัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการมีรายได้เสริม เช่น การจักสาน งานประดิษฐ์ ของชำร่วย การแปรรูปพืชผลทางการเกษตร ส่งเสริมภูมิปัญญาชาวบ้าน การผลิตยาสมุนไพรต่างๆ เป็นต้น ที่สามารถหาวัสดุอุปกรณ์ที่มีอยู่ในชุมชน

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาคุณภาพชีวิตด้านอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เช่น การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมด้านการศึกษา การส่งเสริมอาชีพหลังวัยเกษียณที่เหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อสังคมผู้สูงอายุ ควรศึกษาการนำหลักวิถีพุทธด้านอื่นๆ เช่น พหุการธรรม 4 จักร 4 ไตรสิกขา เป็นต้น เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลและหน่วยงานอื่นๆ หรือ ควรนำหลักวิถีพุทธในการวิจัยครั้งนี้คือ หลักภานา 4 มาประยุกต์ใช้กับพื้นที่หรือหน่วยงานอื่นๆ เช่น เยาวชน บุคคลวัยทำงาน ข้าราชการ เป็นต้น เพื่อจะได้นำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักภานา 4 ให้เป็นรูปธรรมมากขึ้นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- ชลธิชา จิรภักพงค์. (2562). สุขภาวะพระสงฆ์: การพัฒนารูปแบบสุขภาวะตามแนววิถีพุทธโดยการบูรณาการ
สาธารณสุขเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของจังหวัดลำปาง. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*
(Humanities, Social Sciences and arts), 12(6), 1227-1247.
- ณิชาพัฒน์ คำดี. (2565). หลักภาวนา 4 กับการส่งเสริมการปฏิบัติงานของบุคลากรยุคชีวิตวิถีใหม่. *วารสารสห
วิทยาการนวัตกรรมการบริหารคน, 5(2)*. 90.
- เทศบาลเมืองสุพรรณบุรี. (2563). *ข่าวประชาสัมพันธ์ เทศบาลเมืองสุพรรณบุรี*. สุพรรณบุรี: เทศบาลเมือง
สุพรรณบุรี.
- นารัตน์ ไชยมณี, รัตติกรณ์ บุญทัศน์ และ นกชา สิงห์วีระธรรม. (2562). การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 3 อ.
วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้, 6(2), 262-269.
- พระปลัดสมชาย ดำเนิน และ พระมหานันทวิทย์ อธิภทฺโท. (2562). การพัฒนาตัวชี้วัดพัฒนาพลังวิถีพุทธของ
ผู้สูงอายุกลุ่มผู้เกษียณราชการ. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์, 6(3)*, 209-227.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2551). *สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: สหพันธ์
แอนด์พับลิชชิง.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2544). *พุทธธรรม (ฉบับเดิม)*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: ดวงแก้ว.
- พระมหาภักตศิษฐ์ มหาวีริโย และ พระมหามิตร จิตปญฺโญ. (2560). การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักภาวนา 4.
วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์, 4(1), 42-49.
- ภัทราภรณ์ ตัวงเรือง. (2563). การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี. *วารสาร
มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์, 6(1)*, 122-134.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย และ สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2559).
สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย 2559. นครปฐม: พรินเทอรี่.
- ศิริพร จริยาจิรวัฒนา, ภัทรพร บุตรดี และ พรวิมล นภาศัย. (2565). ความรอบรู้ด้านสุขภาพและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
ของประชาชนไทยในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 6 กระทรวงสาธารณสุข. *วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัย
สิ่งแวดล้อม, 45(2)*, 25-38.
- อารยา แซ่โล็ก, ภาร ชันระหัตต์ และ ธนิศร ยืนยง. (2565). การจัดการภาครัฐแนวใหม่และการพัฒนาผู้สูงอายุที่
ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดราชบุรี. *วารสารวิทยาลัยนครราชสีมา สาขามนุษยศาสตร์และ
สังคมศาสตร์, 17(1)*, 300-315.
- 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.