

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง

อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม

Quality of Life Development of Older Persons in Elderly School of

Tha Khon Yang Subdistrict Municipality Kantharawichai District Maha Sarakham.

พระมหาพรพิรุณภัทร บุญก้อน (จิตเมโธ)¹ และจีรศักดิ์ โพกาวัน²

Pompirunpatr Boonkon (Chitmeto)¹ and Jeerasak Pokawin²

¹นักศึกษา ปริญญาโท สาขารัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

²อาจารย์ วิทยาลัยกฎหมายและการปกครอง มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

¹Master Student of Laws Rajabhat Mahasarakham University

²Lecturer from the Faculty of College of Law and Government Mahasarakham University

Corresponding Author Email: 62011380005@msu.ac.th

Received: 13 May 2021

Revised: 16 June 2021

Accepted: 17 June 2021

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม และ 2. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม เป็นการวิจัยแบบเชิงปริมาณ มีเครื่องมือในการวิจัย คือ แบบสอบถาม มีกลุ่มตัวอย่างการวิจัย คือ ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ จำนวน 80 คน ที่มาจากการเลือกแบบเจาะจง แล้วนำข้อมูลที่รวบรวมได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ประกอบด้วย ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับคุณภาพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.34$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีระดับคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน โดยเรียงจากมาก ไปหาน้อย ได้แก่ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านทางสังคม ด้านร่างกาย และ ด้านจิตใจ 2) ข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง ประกอบด้วย (1) ด้านร่างกาย เทศบาลตำบลท่าขอนยางควรประสานความร่วมมือกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลชมรมผู้สูงอายุในชุมชน สำนักงานสาธารณสุขอำเภอกันทรวิชัย ออกเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ เพื่อให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยที่ถูกต้อง (2) ด้านจิตใจ วัดในพื้นที่ควรจัดโครงการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาสอนควบคู่กับหลักการดำเนินชีวิต โดยเริ่มปลูกฝังจิตสำนึกเกี่ยวกับความกตัญญูต่เวที รู้จักพระคุณของบิดามารดาปู่ย่าตายายตั้งแต่วัยเรียน และมีการสอน การปฏิบัติธรรมนั่งกรรมฐาน (3) ด้านสังคม ควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว และผู้สูงอายุกับคนใน ชุมชนมาทำกิจกรรมร่วมกัน ตลอดจน วัด โรงเรียน องค์กร หรือสถาบันสำคัญต่าง ๆ ที่อยู่ในชุมชนเปิดโอกาสให้ ผู้สูงอายุเข้าร่วมถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์แก่นักเรียน นักศึกษา และคนในชุมชนเพิ่มเติม และ (4) ด้านสิ่งแวดล้อม ควรจัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการมีรายได้เสริม สงเคราะห์ผู้สูงอายุที่เดือดร้อน โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้และผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เป็นของตนเอง

คำสำคัญ: การพัฒนาคุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, โรงเรียนผู้สูงอายุ

Abstract

This research consists purposes 1. study level the quality of life of the elderly in Tha Khon Yang Subdistrict Municipality Kantharawichai District Mahasarakham Province and 2. setup guidelines to develop the quality of

life of the elderly in Tha Khon Yang Subdistrict Municipality Kantharawichai District Mahasarakham Province. It is a quantitative research. The research tool was a questionnaire. The research sample consisted of 80 seniors in the school seniors who came from a specific selection. The data collected from the questionnaire were analyzed using descriptive statistics consisting of percentage, mean, standard deviation. The research results showed that: 1) the quality of life of the elderly in Tha Khon Yang Subdistrict Municipality Kantharawichai District in overall were at a moderate level ($\bar{X} = 3.34$) considering aspect it was by aspect found that all of the 4 aspects were also at a moderate level, ordering from high to low as follows : the environmental aspect, social relations aspect, physical aspect and psychological aspect, 2) The guidelines to develop the quality of life of the elderly in Tha Khon Yang Subdistrict Municipality Kantharawichai District were as follows; (1) physical aspect, Tha Khon Yang Subdistrict Municipality should work collaboratively with hospital health district and elderly club in the community Kantharawichai district and health offices Kanchanaburi visit the elderly to educate and advise seniors about health care, (2) psychological aspect, temple should teach the principles of Buddhism, together with the principles of life by starting awareness about gratitude to their relative since youth, and teaching practice meditation (3) social aspect, should organize activities for elderly family members and elderly people in the community to attend activities provided by temples, schools, organizations, or institutions transcription experience to young. and (4) environmental aspect, should support the elderly to earn extra income.

Keywords: Quality of Life Development, Elderly, School for the Elderly

บทนำ

ในปัจจุบันผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ตามคำนิยามขององค์การสหประชาชาติ (United Nations: UN) ได้ให้นิยามว่าประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ในสัดส่วนเกินร้อยละ 10 หรือมีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปเกินร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) และจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เมื่อสัดส่วนประชากรที่มีอายุ 60 ปีเพิ่มเป็นร้อยละ 20 และอายุ 65 ปีขึ้นไป เพิ่มเป็นร้อยละ 14 สำหรับประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี 2548 คือ มีประชากรอายุ 60 ปี ขึ้นไป ร้อยละ 10.5 และจากการคาดประมาณประชากรของประเทศไทยในปี พ.ศ. 2543-2573 คาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 15.7 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2555, น.16) ข้อมูลจากกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย (2552) พบว่า ประชากรผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีหรือมากกว่า) มีจำนวนเพิ่มขึ้นจาก 1.21 ล้านคน ในปี พ.ศ.2503 ไปเป็น 4.5-5.7 ล้านคนในปี พ.ศ. 2543 โดยในปี พ.ศ.2552 ประเทศไทยมีจำนวนประชากรทั้งสิ้น 63,389,730 คน มีประชากรผู้สูงอายุ 6,904,598 คน ประเมินการผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 11.00 จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร อาจจะทำให้เกิดปัญหากับผู้สูงอายุโดยตรงมีประเด็นหลัก 3 ประการ ได้แก่ การจัดให้บริการด้านสังคม การจัดให้บริการด้านเศรษฐกิจ และการจัดให้บริการการด้านสุขภาพโดยเฉพาะในด้านการจัดให้บริการด้านสังคม พบว่าการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุทำให้อัตราส่วนเกื้อหนุนของผู้สูงอายุมีแนวโน้มลดลงจาก 7.0 ในปี 2545 เหลือ 6.30 ในปี 2550 ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัวน้อยลงและมีผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพังในครัวเรือนมีแนวโน้มสูงขึ้นจากร้อยละ 3.60 ใน พ.ศ.2545 เป็นร้อยละ 7.70 ใน พ.ศ. 2550 ส่วนผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจ ได้ส่งผลกระทบต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (Gross Domestic Product: GDP) รายได้ต่อหัวของประชากร การออมและการลงทุน งบประมาณของรัฐบาลตลอดจนการจ้างงานและผลิตภาพของแรงงาน อีกทั้งยังส่งผลทำให้

อัตราส่วนภาระพึ่งพิงหรือภาระโดยรวมที่ประชากรวัยทำงานจะต้องเลี้ยงดูประชากรวัยเด็กและวัยสูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น นั่นคือการจัดสรรงบประมาณอย่างมหาศาลที่จะต้องนำมาพัฒนาและดูแลคนทั้งสองกลุ่มนี้ ส่วนผลกระทบในด้านสุขภาพ จากการประเมินสภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุไทย พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอายุยืนยาวขึ้นแต่ต้องเผชิญกับภาวะสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับโรคเรื้อรังที่นับวันจะมากขึ้น นับเป็นปัญหาสาธารณสุขที่รัฐจะต้องให้ความสำคัญอย่างเร่งด่วน (สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2552)

เทศบาลตำบลท่าขอนยาง มีประชากรผู้สูงอายุ 676 คน (รายงานประจำปี 2563, 2563, น.15) ซึ่งผู้สูงอายุต่างก็มีทั้งที่สุขภาพดี และเจ็บป่วยเรื้อรังมีความสุขท่ามกลางบริบทของชุมชนอีสานที่มองเห็นว่าผู้สูงอายุเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าเป็นเสาหลักค้ำจุนลูกหลาน และผู้สูงอายุส่วนมากเชื่อว่าตนเองคงมาสารเลเรียนรู้ได้ ด้วยความเชื่อที่ว่ามนุษย์มีศักยภาพในการเรียนรู้ตลอดชีวิต จึงไม่มีผู้ใดแก่เกินที่จะเรียนคณะพยาบาลศาสตร์จึงได้ร่วมมือกับคณะต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยมหาสารคาม ได้แก่ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ วิทยาลัยการเมืองการปกครอง และคณะการบัญชีและการจัดการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุเมืองท่าขอนยาง ในวันที่ 17 กรกฎาคม 2557 ร่วมกับประชาชนในตำบลท่าขอนยาง เทศบาลตำบลท่าขอนยาง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าขอนยาง และวัด โดยมีวัตถุประสงค์ขึ้นเพื่อฟื้นฟูและรักษาความสามารถในการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ และยกระดับคุณภาพชีวิต คาดหวังว่าการเรียนรู้จะทำให้ผู้สูงอายุดูแลตนเองได้ และสร้างคุณประโยชน์ให้แก่ชุมชนต่อเนื่อง และเป็นการลดระยะเวลาพึ่งพิงออกไป เช่น การพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมการเรียนรู้และสื่อต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ผู้วิจัยเองในฐานะที่เป็นคนในพื้นที่และคลุกคลีกับผู้สูงอายุ ได้ตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อที่จะให้สังคมและชุมชนได้มีการเตรียมพร้อมรองรับปัญหาผู้สูงอายุ โดยเฉพาะเทศบาลที่เป็นองค์กรรับผิดชอบในท้องถิ่นที่ต้องให้ความสนับสนุนจัดตั้งกองทุนผู้สูงอายุ คุ้มครอง ส่งเสริมกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ

ดังนั้น จากสภาพปัญหาที่กล่าวมาในข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม เพื่อเป็นการทำให้มีคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และเพื่อเสนอแนวทางพัฒนาแก่เทศบาลตำบลท่าขอนยางและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม
2. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. **กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย** ได้แก่ นักเรียนผู้สูงอายุโรงเรียนเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 80 คน ที่มาจากการเลือกแบบเจาะจง
2. **เครื่องมือในการวิจัย** ได้แก่ แบบสอบถาม (Questionnaire) โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่ที่อยู่อาศัยในปัจจุบันการอยู่ร่วมกันในครอบครัว ระดับรายได้ต่อเดือน และแหล่งที่มารายได้ แบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม แบ่งเป็น 4 ด้าน จำนวน 20 ข้อ

แบบสอบถามมีลักษณะเป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ และตอนที่ 3 เป็นคำถามแบบปลายเปิด (Open-ended) ข้อเสนอแนะทั้ง 4 ด้าน และด้านอื่น ๆ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การเก็บรวบรวมข้อมูลจากการใช้แบบสอบถามกับนักเรียนผู้สูงอายุโรงเรียนเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 80 คน ที่มาจากการเลือกแบบเจาะจง

4. การวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยการนำข้อมูลที่ได้จากการแจกแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปเชิงพรรณนา

5. สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปเชิงพรรณนา ประกอบด้วย ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม ผู้วิจัยสามารถจำแนกผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม

ผลการวิจัยพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.34$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีระดับคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน โดยเรียงจากมาก ไปหาน้อย ได้แก่ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านทางสังคม ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ

2. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม

ผลการวิจัยพบว่า ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุมี 4 ด้าน ดังนี้

2.1 ด้านร่างกาย เทศบาลตำบลท่าขอนยาง ควรประสานความร่วมมือกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลชมรมผู้สูงอายุในชุมชน สำนักงานสาธารณสุขอำเภอกันทรวิชัย และจังหวัดมหาสารคามออกเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ เพื่อให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยที่ถูกต้อง

2.2 ด้านจิตใจ วัดในพื้นที่ควรจัดโครงการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาสอนควบคู่กับหลักการดำเนินชีวิต โดยเริ่มปลูกฝังจิตสำนึกเกี่ยวกับความกตัญญูกตเวที รู้จักพระคุณของบิดามารดาปู่ย่าตายายตั้งแต่วัยเรียน และมีการสอนการปฏิบัติธรรมนั่งกรรมฐาน

2.3 ด้านสังคม ควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว และผู้สูงอายุกับคนใน ชุมชนมาทำกิจกรรมร่วมกันตลอดจน วัด โรงเรียน องค์กร หรือสถาบันสำคัญต่าง ๆ ที่อยู่ในชุมชนเปิดโอกาสให้ ผู้สูงอายุเข้าร่วมถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์แก่ นักเรียน นักศึกษา และคนในชุมชนเพิ่มเติม

2.4 ด้านสิ่งแวดล้อม ควรจัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการมีรายได้เสริม สงเคราะห์ผู้สูงอายุที่เดือดร้อน โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้และผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เป็นของตนเอง

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม ผู้วิจัยสามารถสรุปผลการศึกษาวิจัยตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.34$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีระดับคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน โดยเรียงจากมาก ไปหาน้อย ได้แก่ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านทางสังคม ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ

2. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุมี 4 ด้าน คือ 2.1 ด้านร่างกาย เทศบาลตำบลท่าขอนยาง ควรประสานความร่วมมือกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลชมรมผู้สูงอายุในชุมชน สำนักงานสาธารณสุขอำเภอกันทรวิชัย และจังหวัดมหาสารคามออกเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ เพื่อให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยที่ถูกต้อง 2.2 ด้านจิตใจ วัดในพื้นที่ควรจัดโครงการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาสอนควบคู่กับหลักการดำเนินชีวิต โดยเริ่มปลูกฝังจิตสำนึกเกี่ยวกับความกตัญญูทวดที่ รู้จักพระคุณของบิดามารดาปู่ย่าตายายตั้งแต่วัยเรียน และมีการสอนการปฏิบัติธรรมนั่งกรรมฐาน 2.3 ด้านสังคม ควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว และผู้สูงอายุกับคนในชุมชนมาทำกิจกรรมร่วมกัน ตลอดจน วัด โรงเรียน องค์กร หรือสถาบันสำคัญต่าง ๆ ที่อยู่ในชุมชนเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์แก่ นักเรียน นักศึกษา และคนในชุมชนเพิ่มเติม และ 2.4 ด้านสิ่งแวดล้อม ควรจัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการมีรายได้เสริม สงเคราะห์ผู้สูงอายุที่เดือดร้อน โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้และผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เป็นของตนเอง

การอภิปรายผล

การวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.34$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลางทั้ง 4 ด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย และคุณภาพชีวิตด้านจิตใจที่ผลการวิจัยเป็นเช่นนี้ระดับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ดำเนินการอยู่ในปัจจุบัน ยังไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้อย่าง ครอบคลุมทุกด้าน จากบริการขั้นพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่น บริการด้านสุขอนามัย ทางด้านร่างกาย จิตใจ หรือบริการด้านที่อยู่อาศัย เป็นต้น ซึ่งคุณภาพชีวิตระดับพื้นฐาน คือ สุขภาพดีมีพละทานามัยและมีปัจจัยเครื่องรักษาส่งเสริมสุขภาพ อยู่ร่วมและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี รับผิดชอบ เอื้อเฟื้อ มีน้ำใจเกื้อการุณย์ ผูกมิตร และชวนชววย ทำกิจที่เป็นประโยชน์ มีที่อยู่อาศัยและที่ทำงานที่เหมาะสมไม่แออัด สะอาด สะดวกและสบายต่อการดำเนินชีวิตการทำงานและการเดินทาง อยู่ในสังคมที่มีสวัสดิการและบริการดี อำนวยสิทธิเสรีภาพ ความเสมอภาค และไม่ตรีสงเคราะห์ซึ่งจำเป็นที่ทางหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องมีการแก้ไขปรับปรุงต่อไป สอดคล้องกับการวิจัยของชนะโชค คำวัน (2553) ได้ศึกษาแนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปลาปาก จังหวัดนครพนม จากการศึกษาพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปลาปากมีคุณภาพชีวิตไม่ว่าจะเป็นในภาพรวม หรือรายด้าน ซึ่งประกอบด้วยด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับปานกลาง

2. ข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม สามารถอภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

2.1 คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย เทศบาลตำบลท่าขอนยางควรประสานความร่วมมือกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ชมรมผู้สูงอายุในชุมชน สำนักงานสาธารณสุขอำเภอกันทรวิชัย และจังหวัดมหาสารคามออกเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ เพื่อให้ความรู้ คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยที่ถูกต้องที่ผลการวิจัยเป็นเช่นนี้เนื่องจาก ปัจจุบันทางหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุไม่ทั่วถึง ซึ่งเทศบาลท่าขอนยางควรจัดเจ้าหน้าที่ของเทศบาลให้คำแนะนำ จัดสวัสดิการด้านการดูแลสุขภาพและการรักษาพยาบาลที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับวัย ควรมีเจ้าหน้าที่ออกตรวจสุขภาพผู้สูงอายุเป็นประจำ สอดคล้องกับการศึกษาของวาสนา เล่าตง (2555) ศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลเกาะสีชัง อำเภอเกาะสีชัง จังหวัดชลบุรี พบว่า ด้านสุขภาพอนามัย ควรมีการนำแผนยุทธศาสตร์ไปปฏิบัติได้จริง ที่สอดคล้องและตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ควรมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมีการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจัง ควรมีการตั้งศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม หรือศูนย์ออกกำลังกาย ควรมีกุุ่มอาสาสมัครออก เยี่ยมที่บ้านพร้อมรับฟังปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น

2.2 คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ วัดในพื้นที่ควรจัดโครงการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาสอนควบคู่กับหลักการดำเนินชีวิต โดยเริ่มปลูกฝังจิตสำนึกเกี่ยวกับความกตัญญูต่อบุคคลที่ รู้จักพระคุณของบิดามารดาปู่ย่าตายายตั้งแต่วัยเรียน และมีการสอน การปฏิบัติธรรมนั่งกรรมฐานที่ผลการวิจัยเป็นเช่นนี้เพราะ เทศบาลตำบลท่าขอนยางขาดการส่งเสริมให้สร้างความสามัคคี ในครอบครัว ซึ่งควรสนับสนุนให้ครอบครัวควรให้การตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุให้ความรัก ความเคารพ ยกย่อง ยอมรับ นับถือฟังผู้สูงอายุเล่าประสบการณ์ชีวิตให้มีความสำคัญกับผู้สูงอายุ เช่น การจัดงานวันเกิด การพาผู้สูงอายุไปท่องเที่ยวตามโอกาส และสถานที่ที่เหมาะสม การแสดงให้เห็นความสำคัญของวันสงกรานต์ ซึ่งเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติ

2.3 คุณภาพชีวิตด้านสังคม ควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว และผู้สูงอายุกับคนใน ชุมชนมาทำ กิจกรรมร่วมกัน ตลอดจน วัด โรงเรียน องค์กร หรือสถาบันสำคัญต่าง ๆ ที่อยู่ในชุมชนเปิดโอกาสให้ ผู้สูงอายุเข้าร่วมถ่ายทอด ความรู้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์แก่ นักเรียน นักศึกษา และคนในชุมชนเพิ่มเติมที่ผลการวิจัยเป็นเช่นนี้เพราะในการส่งเสริม คุณภาพชีวิตด้านสังคมนั้นเทศบาลนั้นควรสนับสนุนประเพณีวัฒนธรรม เช่น สงกรานต์ รดน้ำดำหัวผู้สูงอายุในชุมชน จัดกิจกรรม พบปะผู้สูงอายุกับผู้สูงอายุชุมชนอื่น ๆ แนะนำให้คำปรึกษาแก่สมาชิกในครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอยู่ในการดูแล อีกทั้งเทศบาลควรจัด กิจกรรมออกเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ซึ่งจะเห็นว่าความต้องการของผู้สูงอายุทางด้านสังคมนั้น ผู้สูงอายุยังต้องการมีกิจกรรมทางสังคม เช่น การพบปะเพื่อน การร่วมกิจกรรมทางศาสนา เพราะการมีความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างบุคคล การมีปฏิสัมพันธ์ การมีส่วนร่วม กิจกรรมในสังคม และความพึงพอใจในชีวิตเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุทำให้มีสุขภาพดีทั้งใจและกายกิจกรรมจึงมีความสำคัญ ต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) ได้ศึกษาเรื่องแนวทางการพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดแพร่ ผลการวิจัยพบว่า ด้านสังคม ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้คน ในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลและให้เกิดความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ และควรจัดสวัสดิการแจก สิ่งของที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ และเปิดโอกาส ให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมทางศาสนาและได้บำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม ควรมีรถ รับ-ส่ง ไปโรงพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย ควรมีการแจ้ง ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุอย่างทั่วถึง

2.4 คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ควรจัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการมีรายได้เสริม สงเคราะห์ผู้สูงอายุ ที่เดือดร้อน โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้และผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เป็นของตนเองผลการวิจัยเป็นเช่นนี้ เพราะในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมทางเทศบาลควรดำเนินการให้ชุมชนจัดกิจกรรมเสริมรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุภาครัฐ ควรจ่ายค่าเบี้ยยังชีพให้ รวดเร็วกว่านี้จัดคำปรึกษาพยาบาล ค่าอาหารสิ่งของและเครื่องใช้ที่จำเป็นต่าง ๆ ให้แก่ผู้สูงอายุที่ยากจน และควรจัดฝึกอบรมอาชีพสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การแปรรูปพืชผลทางการเกษตร หรือส่งเสริม ภูมิปัญญาชาวบ้าน เช่นการผลิตยา สมุนไพรต่าง ๆ เพื่อเสริมรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุและครอบครัวซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสุพร คูหา (2552) ได้ศึกษาแนวทางการ

ปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหนองขาว อำเภอดำม่วง จังหวัดกาญจนบุรี จากการศึกษาพบว่า แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ด้านสภาพแวดล้อม ควรเน้นให้มีการเพิ่มเงินเบี้ยยังชีพคนชราแบบจัด เป็นสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุโดยมีหลักเกณฑ์ชัดเจน

ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 ด้านร่างกาย ผู้สูงอายุมีความจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาล และการเจ็บป่วยทางร่างกาย เช่น ปวดเมื่อย เหนื่อยง่ายซึ่งเป็นอุปสรรคทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการ ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือครอบครัว ควรเอาใจใส่สุขภาพของผู้สูงอายุ และให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพของตนเองโดยการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย และการรับประทานอาหารที่มีปริมาณที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมอง เป็นต้น เพื่อให้ผู้สูงอายุลดการพึ่งพายาต่าง ๆ หรือการรักษาทางการแพทย์อื่น ๆ

1.2 ด้านจิตใจ พบว่า ผู้สูงอายุ เพียงแค่รู้สึกพอใจที่สามารถทำอะไร ๆ ผ่านไปได้ในแต่ละวัน ได้พักผ่อนคลายเครียด ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรให้ความรู้แก่ครอบครัว บุตรหลานและผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคมของผู้สูงอายุ ควรให้ความเอาใจใส่ดูแลผู้สูงอายุให้มากขึ้น เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวเข้าสู่วัยสูงอายุได้อย่างมีความสุขลดภาวะความเหงาเศร้า วิตกกังวล และ เพิ่มความคิด ความจำ ได้ดีขึ้น

1.3 ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม พบว่า ผู้สูงอายุรู้สึกพอใจที่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากสมาชิกในครอบครัว และท่านรู้สึกพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคน เพื่อนบ้านได้ ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเพิ่มการทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้นกว่าเดิม เช่น กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ กิจกรรมทางศาสนา กิจกรรมของชุมชน และกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เป็นต้น

1.4 ด้านสภาพแวดล้อม พบว่า ผู้สูงอายุมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็น มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับเรื่องการใช้จ่ายของท่าน และท่านมีโอกาสได้รับข้อมูลข่าวสาร ตามที่ต้องการ ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมและสร้างอาชีพเสริมให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุเนื่องจากผู้สูงอายุบางคนยังมีความสามารถในการประกอบอาชีพได้ เพื่อลดการพึ่งพิงรายได้หลักจากบุตรหลาน และในด้านการได้รับข่าวสารต่าง ๆ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและชุมชน ควรสร้างเครือข่ายผู้สูงอายุเพื่อให้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนการพัฒนาศักยภาพของชมรมผู้สูงอายุให้เข้มแข็งมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีร่างกาย จิตใจ และสมองมีความตื่นตัว กระฉับกระเฉง แข็งแรง รู้สึกว่าชีวิตของตนเองมีคุณค่าและเห็นคุณค่าของการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขของตนเองต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยให้ครอบครัวได้มีส่วนร่วมเพื่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างต่อเนื่อง

2.2 ควรศึกษาแนวทางในการสร้างรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีอาชีพเสริม และลดการพึ่งพิงรายได้หลักจากบุตรหลาน หรือญาติพี่น้อง

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ สำเร็จลุล่วงสมบูรณ์ด้วยความกรุณาเมตตาจิต ตลอดจนการติดตามความก้าวหน้าในการดำเนินงานวิจัยของผู้วิจัยตลอดมาอย่างดียิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จีรศักดิ์ โพภาวิน อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ท่านยังเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ ที่นี้ ขอบคุณผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน ขอขอบคุณ ประชากร คือ

ผู้สูงอายุโรงเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคามที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์และกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ขอขอบคุณ บิดา-มารดา และญาติพี่น้องที่คอยให้กำลังใจเป็นอย่างดี ประโยชน์และคุณค่าจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณของบิดา-มารดา บุรพจารย์ ตลอดจนผู้มีพระคุณทุกท่านที่มีส่วนสนับสนุนงานวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงมหาดไทย. (2552). *ศูนย์สารสนเทศเพื่อการบริหารและพัฒนางานปกครอง*. อำเภอบางคนทีจังหวัดสมุทรสงคราม กรมการปกครอง.
- ชนะโชค คำวัน. (2553). *แนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปลาปาก จังหวัดนครพนม*. (วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยนครพนม.
- ภูมิวัฒน์ พรวนสุข. (2558). *แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดแพร่*. “วารสารบัณฑิตวิทยาลัยพิษณุพนธ์”, 1(1), 77-87.
- วาสนา เล่าตง. (2555). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลเกาะสีชัง อำเภอเกาะสีชัง จังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์ (รัฐศาสตรมหาบัณฑิต).
- สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2552). *รายงานประจำปี 2552*. กรุงเทพฯ: คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2555). *รายงานผลเบื้องต้นสำมะโนการเกษตร พ.ศ. 2555*. กรุงเทพฯ: บางกอกบล็อก.
- สุพร คูหา. (2552). *แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหนองขาว อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี*. (รายงานการศึกษาอิสระปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต). สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.