

## คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นเครื่องมือในการศึกษา โดยใช้วิธีสัมภาษณ์เชิงลึก เฉพาะเจาะจง ประกอบด้วย คือ ประธานชมรมผู้สูงอายุ 1 คน รองประธานชมรมผู้สูงอายุ 2 คน สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ 3 คน หัวหน้าสำนักปลัด 1 คน ผู้ช่วยงานด้านสาธารณสุข 1 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 8 คน เรื่อง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ผลการศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ มีคุณภาพชีวิตไม่ว่าจะเป็นในภาพรวม หรือรายด้าน ซึ่งประกอบด้วยด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ อารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนแนวทาง การสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เป็นหลักสำคัญได้แก่ แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัว แนวทางการพัฒนาด้านจิตใจ แนวทางการช่วยเหลือกรณีการเจ็บป่วย แนวทางการส่งเสริมรายได้ และแนวทางการจัดสวัสดิการสังคมเพื่อการดำรงชีพของผู้สูงอายุ

**คำสำคัญ :** .....

ว่าที่ ร.ต. ญ.นันทนา เพชรักษ์ นักศึกษา  
ดร.สุชาติ ศรียารัตนย ประธานกรรมการ  
ผศ.ดร.ปรัชญา ชูมนาเสียว กรรมการร่วม  
ผศ.ดร.มอัมหมัดอียาส หัวหน้าปรั้ง กรรมการร่วม  
ร.ศ.ดร.เชษฐ รัชดาพรธรรมาธิกุล กรรมการนอก

บทความนี้เรียบเรียงจากการค้นคว้าอิสระเรื่อง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา  
1.นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาสหวิทยาการเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง 2.อาจารย์ คณะรัฐศาสตร์  
มหาวิทยาลัยรามคำแหง 3.ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะรัฐศาสตร์ 4.มหาวิทยาลัยรามคำแหง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
รามคำแหง 5. รองศาสตราจารย์ คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

## บทนำ

ผู้สูงอายุในประเทศไทย ในปัจจุบันมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว รวมถึงระบบสาธารณสุขในปัจจุบันได้รับการพัฒนามากขึ้น การตระหนักถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญ ส่งผลให้ภาครัฐกำหนดมาตรการเตรียมการรองรับให้การดูแลผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเหล่านั้น มีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น โดยกำหนดยุทธศาสตร์ "การเตรียมความพร้อม สังคมไทยสู่สังคมผู้สูงอายุ" เป็นหนึ่งในยุทธศาสตร์หลักของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564) ด้วยการมีแผน ผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (พ.ศ.2560) เพื่อกำหนดทิศทางนโยบายยุทธศาสตร์และ มาตรการต่าง ๆ ในด้านต่าง ๆ ในระยะยาว ครอบคลุมถึงการพัฒนาระบบสุขภาพมนุษย์ เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน การสร้างความมั่นคง มั่งคั่งทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ เป็นสิ่งสำคัญที่ประเทศจะต้องมีทิศทางและเป้าหมายการพัฒนาในระยะยาวที่ชัดเจน โดยทุกภาคส่วนในสังคมต้องร่วมมือกันอย่างเข้มแข็ง เพื่อผลักดันให้เกิดผลสัมฤทธิ์อย่างต่อเนื่อง และสอดคล้องกับการปฏิรูปประเทศที่มุ่งสู่ความ “มั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน” ในอนาคต รวมถึงในการพัฒนาระบบสุขภาพ ด้านคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ สะท้อนให้เห็นว่าภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับระบบการดูแลและให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุ เช่นการให้บริการด้านสุขภาพ การจัดสวัสดิการทางสังคม การส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดี โดยที่สิ่งเหล่านี้จะต้องมีการได้รับรู้ถึงข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนและดำเนินการบนฐานของการลงทุนและใช้จ่ายอย่างคุ้มค่า

จากข้อมูลประชากรศาสตร์ได้แสดงจำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทยใน ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปว่าแนวโน้มสูงขึ้น และในปัจจุบัน พื้นที่ตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่มีจำนวน 60 ปีขึ้นไป โดยมีจำนวนผู้สูงอายุในตำบลท่าตอทั้งสิ้นจำนวน 362 ราย และนอกจากนี้ยังมีผู้พิการจำนวน 72 ราย และเด็กเล็กที่ยังศึกษาอยู่ในพื้นที่อีกจำนวน 238 ราย (อ้างอิงข้อมูลจากองค์การบริหารส่วนตำบลท่าตอ ,กันยายน 2561) และส่วนใหญ่ก็ทำงานต่างจังหวัด ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าจำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทย ในปัจจุบันอยู่ในระดับมากซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมายให้กับภาครัฐหรือหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็น

การเตรียมรับมือกับการเจ็บป่วยและโรคภัยไข้เจ็บของผู้สูงอายุ การจ่ายสวัสดิการในการครองชีพของผู้สูงอายุ การแบกรับภาระของบุตรหลานซึ่งเป็นวัยทำงานที่มีต่อผู้สูงอายุในสัดส่วนที่ไม่สมดุล การถูกทอดทิ้งและถูกละเลยจากบุตรหลาน การถูกระงับการรุนแรงทางจิตใจจากบุตรหลานหรือคนในครอบครัวโดย คำพูดและการไม่ให้เกียรติ นอกจากนี้รูปแบบของครอบครัว ในสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขยาย ซึ่งมีปู่ ย่า ตา ยาย บุตร หลานอยู่ร่วมกันไป เป็นครอบครัวเดี่ยว ซึ่งประกอบด้วยสามี ภรรยา และบุตรเท่านั้น กล่าวคือมี สมาชิกในครอบครัวอยู่กัน ไม่เกินสองรุ่น ซึ่งไม่เอื้อต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่เคยมีบุตรหลานคอยดูแล หรือคอยดูแล บุตรหลานให้ ปรากฏการณ์ดังกล่าว ทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถแสดงบทบาทต่าง ๆ ได้เกิดความรู้สึกว่าตนเองขาดคุณค่า ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้เกิด เป็นปัญหาต่อเนืองกับกลุ่ม ผู้สูงอายุในสังคมไทย

วิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ซึ่งเป็นการรวมกลุ่มของชาวบ้านในชุมชนท่าตอจัดตั้งขึ้น ต่อมาองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นได้เล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุ จึงได้ดำเนินการจัดทำ “ โครงการด้วยรักและห่วงใยผู้สูงอายุ ตำบลท่าตอ “ ขึ้น ประกอบกับอำนาจหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนตำบล ตามพระราชบัญญัติสภาตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ.2537 (และฉบับแก้ไขเพิ่มเติมถึงฉบับที่ 6 พ.ศ.2552 ) มาตรา 67 (6) ส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ และผู้พิการ และภารกิจ การสงเคราะห์และส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เพื่อให้การส่งเสริมช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ โดยจัดให้มีการอบรมให้ความรู้ในการส่งเสริมคุณภาพการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า การรวมกลุ่มเพื่อมีกิจกรรมร่วมในสังคม กิจกรรมสัมมนาการต่าง ๆ และมีการศึกษาดูงานนอกสถานที่เพื่อให้สามารถนำความรู้ ความเข้าใจที่ได้รับมาใช้ในการดำรงชีวิตและพัฒนาชมรมผู้สูงอายุให้แข็งแรง มั่นคง และมีศักยภาพที่สูงขึ้นในอนาคตต่อไป

จากเหตุและผลทั้งหมดข้างต้น ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญ ในการศึกษาปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และข้อเสนอแนะแนวทางการเสริมสร้างผู้สูงอายุในตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อนำไปเป็นฐานข้อมูลใน

การเสริมสร้างพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่นกับชุมชน เพื่อให้ได้แผนการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และนำไป ขยายผลได้อย่างมีประสิทธิภาพในชุมชนและสังคมต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
3. เพื่อเสนอแนะแนวทางในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

### ขอบเขตของการวิจัย

#### ขอบเขตด้านเนื้อหา

1. พื้นที่ชุมชนท่าตอกับองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. ปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
4. เสนอแนะแนวทางในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

### ขอบเขตด้านพื้นที่

พื้นที่ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ชมรมผู้สูงอายุและองค์การปกครองส่วนตำบลท่าตอ อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

### ขอบเขตด้านเวลา

ระยะเวลาที่ทำการศึกษาวิจัย ตั้งแต่ เดือนกันยายน - ตุลาคม 2561

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุมชน หรือท้องถิ่นอื่นๆ สามารถนำไปใช้ได้กับชุมชนหรือท้องถิ่นอื่นๆได้ เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนอื่นๆสืบต่อไป
2. ชุมชนได้แนวทางสำหรับการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมตามความต้องการของผู้สูงอายุต่อไป
3. ได้ข้อเสนอแนะแนวทางในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นกับชุมชน สามารถนำไปขยายผลกับชุมชนหรือท้องถิ่นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### การทบทวนวรรณกรรม

#### แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

คุณภาพชีวิตมีโครงสร้างหลากหลายมิติโดยจะมีความเกี่ยวข้องกับด้านกายภาพ ด้านจิตใจ ด้านสังคม สิ่งที่ได้รับรู้ทางด้านจิตใจซึ่งมีผลสุขภาพกายและใจที่ดี (Bretscher et al., 1999; Mytko and Knight, 1999; Rummans et al., 2000 cited in Lapid et al., 2011: 485-486)

การรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตที่จะนามาเป็นตัวชี้วัดถึงคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคลสามารถอธิบายได้ดีที่สุดจากความพึงพอใจที่แต่ละบุคคลได้รับ เช่น สภาพที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อม ในที่ทำงาน สิ่งอำนวยความสะดวกให้กับชีวิต การจัดระบบและบริการทางสังคม

ความสัมพันธ์กับ บุคคลอื่น ๆ ในสังคม (RuSkus, 1997 cited in Skucas and Mockeviciene, 2009: 43) คุณภาพชีวิตมี ความเกี่ยวข้องและเชื่อมโยงกับขอบเขตที่หลากหลายของชีวิตไม่ว่าจะเป็นทางกายภาพ ทางจิตใจ สภาพแวดล้อม ความสัมพันธ์ทางสังคม และสุขภาพส่วนบุคคล (Derendiajeva, 2003 cited in Skucas and Mockeviciene, 2009: 43) ในขณะที่ รัสคัส (RuSkus, 1997 cited in Skucas and Mockeviciene, 2009: 43) กล่าวว่าตัวแปรที่จะสะท้อนถึงความเข้าใจในความพึงพอใจในชีวิต ได้แก่ ระดับการศึกษา ชีวิตในครอบครัว สถานที่อยู่อาศัย และงานที่ทำ

มีหลักฐานจากงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าตัวแปรด้านสุขภาพ ด้านการดำเนินชีวิต และ ด้านการมีงานทำมีผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ โดยการมีงานทำไม่ว่าจะเป็นแบบเต็มเวลาหรือ บางเวลามีผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีงานทำ (Ruchlin and Morris, 1991: 499) นอกจากนี้ตัวแปรเกี่ยวกับความซึมเศร้าได้ถูกค้นพบว่ามีผลต่อคุณภาพชีวิต โดยจะเป็นตัว เพิ่มการมี สุขภาพไม่ดีและ เพิ่มอัตราการเสียชีวิตที่สำคัญความซึมเศร้าจะ เป็น ปัจจัยเสี่ยงในการฆ่าตัวตายของ ผู้สูงอายุ (Lebowitz et al., 1997; Unutzer et al., 2000; Shmuely et al., 2001; Doraiswamy et al., 2002. cited in Lapid et al., 2011: 485) ซึ่ง ปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตและความซึมเศร้าของ ผู้สูงอายุได้แก่ สุขภาพกาย การรับรู้และการจดจำ การสนับสนุนทางสังคมและสภาวะทางด้านจิตใจ(Warner, 1998; Unutzer et al., 2000; McKenna et al., 2001; Shmuely et al., 2001; Ceroni et al., 2002; Doraiswamy et al., 2002; Herrman et al., 2002 cited in Lapid et al., 2011: 486)

โดยสรุป คุณภาพชีวิตจะเกี่ยวข้องกับ ลักษณะที่เป็นการรับรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตของ แต่ละบุคคล โดยมีโครงสร้างหลากหลายมิติที่มีความเกี่ยวข้องกับด้านกายภาพ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านสภาพแวดล้อม และด้านสุขภาพ รวมถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น การดำเนินชีวิต เป็นต้น

## ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิต

(ปีเติ้ล-บราวน์และคณะ, 2008: 380) ได้นำเสนอการแบ่ง คุณภาพ ชีวิตควบคู่ไปกับการกำหนดตัวชี้วัด เป็น 8 ด้าน ดังนี้

1. คุณภาพชีวิตด้านการรวมกลุ่มทางสังคม (Social Inclusion) การรวมกลุ่มทางสังคมจะเกี่ยวข้องกับความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม การมีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม สภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัยที่มีอิทธิพลต่อการรวมกลุ่มทาง สังคม บทบาทในการดำเนินชีวิต (เช่น วิธีการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการปรับเปลี่ยนวิธีการดำเนิน ชีวิตเพื่อความเหมาะสม รวมถึงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อวิธีการดำเนินชีวิต) การช่วยเหลือ สนับสนุนต่างๆ (เช่น ความพึงพอใจในการบริการทางสังคม การยอมรับทางสังคม และสถานภาพทาง สังคม)

2. คุณภาพชีวิตด้านความเป็นอยู่ทางกายภาพ (Physical Well-being) ด้านความเป็นอยู่ทางกายภาพ หมายถึง ลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับ ความปลอดภัย การมีสุขภาพดี การมีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน กิจกรรมสันทนาการ ต่าง ๆ อาหารและโภชนาการ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแลสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Batista Vitorino and Martins da Silva ที่ค้นพบว่ากิจกรรมทางกายภาพและ การเคลื่อนไหวอาจเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ และทำให้ผู้สูงอายุมี ความพึงพอใจอีกด้วย (Batista Vitorino and Martins da Silva, 2010: abstract)

3. คุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relations) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจะเกี่ยวข้องกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการมีมิตรภาพ เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายใต้บริบทสถานที่ทำงานหรือบริบทครอบครัว นอกจากนี้ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลยังเกี่ยวข้องกับภาวะความโดดเดี่ยวเดียวดาย การสนับสนุนช่วยเหลือจากเครือข่ายทางสังคม ความใกล้ชิดสนิทสนมและความรัก

4. คุณภาพชีวิตด้านปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ที่ดี (Material Well-being) ด้านปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ที่ดีจะเกี่ยวข้องกับปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้ อาชีพการ งาน สภาพทาง

การเงิน การเป็นเจ้าของ (สังหาริมทรัพย์และอสังหาริมทรัพย์) ความปลอดภัย สถานภาพ ทางเศรษฐกิจ ลักษณะที่อยู่อาศัยและการคมนาคมขนส่ง

5. คุณภาพชีวิตด้านลักษณะทางอารมณ์ (Emotional Well-Being) ด้านลักษณะทางอารมณ์จะเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการทำงานอาชีพ ที่อยู่อาศัย การช่วยเหลือสนับสนุน ความพึงพอใจในกลุ่มทางสังคมของตนเอง นอกจากนี้ด้านลักษณะทาง อารมณ์ยังเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต มโนภาพแห่งตน การไร้ความเครียดและความสุขในการดำเนินชีวิต

6. คุณภาพชีวิตด้านความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-determination) ด้านความสามารถในการตัดสินใจได้ด้วยตนเองจะเกี่ยวข้องกับควมมีอิสรภาพใน การตัดสินใจ การควบคุมตนเอง การกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง อิทธิพลของที่อยู่อาศัย ที่มีผลต่อความสามารถในการตัดสินใจ การสนับสนุนช่วยเหลือด้วยคำพูดและการแก้ต่างเพื่อตนเอง

7. คุณภาพชีวิตด้านการพัฒนาตนเอง (Personal Development) ด้านการพัฒนาตนเองจะเกี่ยวข้องกับเรื่องของการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน ความสามารถส่วนตัว การบรรลุสิ่งที่ปรารถนา ความก้าวหน้าและพัฒนาการในด้านต่าง ๆ

8. คุณภาพชีวิตด้านสิทธิเสรีภาพ (Rights) ด้านสิทธิเสรีภาพจะเกี่ยวข้องกับการเคารพในสิทธิส่วนบุคคล สิทธิมนุษยชน สิทธิ ในความเป็นพลเมือง (เช่นการมีสิทธิเลือกตั้ง) ความรับผิดชอบในฐานะความเป็นพลเมืองและกิจกรรม ต่าง ๆ ซึ่งเกี่ยวข้องกับชุมชนหรือรัฐบาล

สรุป คุณภาพชีวิตด้านต่าง ๆ ทั้ง 8 ด้านข้างต้น ได้ระบุถึงลักษณะตัวชี้วัด ซึ่ง สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางหรือตัวแปรในการวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต โดยผู้วิจัยอาจเน้นเชิงวัตถุ วิสัย หรือเชิงอัตวิสัยตามความเหมาะสมของบริบทที่ศึกษาหรืออาจใช้แนวทางทั้ง 2 อย่างควบคู่ไปด้วยกันก็ได้ชาลอคและเวอร์ดูโก (Schalock and Verdugo, 2002 cited in Schalock, 2004: 205-206) ได้ สรุปและสังเคราะห์ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตจากงานวิจัยและบทความทางการศึกษาพบว่าปัจจัยหลักของ คุณภาพชีวิตพิจารณาจาก 8 ปัจจัยหลัก คือ สภาพอารมณ์ที่ดี ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สภาพ ความเป็นอยู่ที่ดี การพัฒนาตนเอง สภาพทางร่างกายที่ดี การตัดสินใจด้วยตนเอง การรวมกลุ่มทางสังคม และสิทธิตามกฎหมาย



ดังนั้นความหมายคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้สรุปว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตของแต่ละบุคคล ซึ่งสามารถอธิบายได้ดีที่สุดจากความพึงพอใจที่ผู้สูงอายุแต่ละบุคคลได้รับ โดยจะวัดการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแต่ละด้านดังนี้ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคมและด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สิงหา จันทริย์วงศ์ (2551) ได้พัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและวิเคราะห์องค์ประกอบเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชนบท และสังเคราะห์องค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชนบทเพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลางสำหรับเป็น ข้อเสนอเชิงยุทธศาสตร์ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบท โดยใช้กรณีศึกษาจากกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งอาศัยอยู่ในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ กลุ่มเป้าหมายได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60-79 ปี ผู้ดูแล ใกล้ชิดผู้สูงอายุ และผู้นำชุมชน การวิจัยเป็นรูปแบบการวิจัยประยุกต์ ใช้เทคนิคในการวิจัยเชิงคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสังเกต แบบสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า 1) องค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชนบทของไทย เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบ 2) ประการคือ องค์ประกอบภายในเป็นผลจากความเสื่อมทางร่างกายที่ส่งผล ต่อสุขภาพจิตและพฤติกรรมส่วนตัวและสังคม

ศิรินุช ฉายแสง (2553) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดอำนาจเจริญ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในกลุ่มปัจจัยทางชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2) วิเคราะห์ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีของ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 3) สร้างสมการพยากรณ์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในจังหวัดอำนาจเจริญ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน

400 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบ แบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อความ 5 ส่วน ส่วนที่ ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยทางชีวสังคม 5 ตัวแปร กลุ่ม ปัจจัยนา 6 ตัวแปร กลุ่มปัจจัย เอื้อ 2 ตัวแปร และปัจจัยเสริม 2 ตัวแปร รวม 15 ตัวแปร มีความสัมพันธ์เชิงเส้นกับคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ 2) ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มีทั้งหมด 6 ตัวแปร ได้แก่ ความเชื่อ ความสามารถตนเองในการมีคุณภาพชีวิตที่ดี การได้รับแรง สนับสนุนจากผู้นำชุมชนและชาวบ้าน การรับรู้ประโยชน์ของการมีคุณภาพชีวิตดี อาชีพหลักและ การได้รับแรงสนับสนุนจากเจ้าหน้าที่ สาธารณสุขและสถานภาพ

ชนะโชค คาวัน (2553) ได้ศึกษาแนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของ องค์การบริหารส่วนตำบลปลาปาก จังหวัดนครพนม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาคุณภาพชีวิต ของ ผู้สูงอายุ และเพื่อศึกษาแนวทางสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหาร ส่วนตำบล ปลาปาก ทาการศึกษาเป็น 2 ระยะ คือระยะที่ 1 ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของ องค์การบริหาร ส่วนตำบลปลาปาก จากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจำนวน 213 คน ระยะที่ 2 ศึกษา แนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปลาปาก ผู้ให้ ข้อมูลเป็นผู้สูงอายุและเป็น ผู้เกี่ยวข้องกับ การดูแลผู้สูงอายุจำนวน 30 คน ผลการศึกษาพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปลาปาก มีคุณภาพชีวิตไม่ว่าจะ เป็นในภาพรวม หรือรายด้าน ซึ่งประกอบด้วยด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธ์ภาพทาง สังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนแนวทาง การสร้างเสริม คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มี 4 แนวทางได้แก่ แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัว แนวทางการ พัฒนาด้านจิตใจ แนวทางการช่วยเหลือกรณีการเจ็บป่วย แนวทางการส่งเสริมรายได้ และ แนวทางการจัดสวัสดิการสังคมเพื่อการดำรงชีพของผู้สูงอายุ

## วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นเครื่องมือในการศึกษา โดยใช้วิธีสัมภาษณ์เชิงลึกเฉพาะเจาะจง ประกอบด้วย คือ ประธานชมรมผู้สูงอายุ 1 คน รองประธานชมรมผู้สูงอายุ 2 คน สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ 3 คน หัวหน้าสำนักปลัด 1 คน ผู้ช่วยงานด้านสาธารณสุข 1 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 8 คนโดยมีส่วนประกอบทั้งหมด 4 ตอนประกอบด้วย

**ตอนที่ 1** พื้นที่ชุมชนท่าตอกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

**ตอนที่ 2** ปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

**ตอนที่ 3** ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

**ตอนที่ 4** ข้อเสนอแนะแนวทางในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอเมืองราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

## ผลการวิจัย

ผลการศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ มีคุณภาพชีวิตไม่ว่าจะเป็นในภาพรวม หรือรายด้าน ซึ่งประกอบด้วยด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจอารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนแนวทาง การสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ที่เป็นหลักสำคัญได้แก่ แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัว แนวทางการพัฒนาด้านจิตใจ แนวทางการช่วยเหลือกรณีการเจ็บป่วย แนวทางการส่งเสริมรายได้ และแนวทางการจัดสวัสดิการสังคมเพื่อการดำรงชีพของผู้สูงอายุ

### อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าตอ อำเภอ  
มหาสาร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผู้วิจัยได้สรุปว่า

คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตของแต่ละบุคคล ซึ่งสามารถ  
อธิบายได้ดีที่สุดจากความพึงพอใจที่ผู้สูงอายุแต่ละบุคคลได้รับ โดยจะวัดการรับรู้เกี่ยวกับ  
คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแต่ละด้านดังนี้ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล  
ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคมและด้านการ  
ตัดสินใจด้วยตนเอง การทำกิจกรรมในครอบครัว, ชุมชน และการมีงานอดิเรกถือเป็นตัวแปร  
หนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยการทำกิจกรรมที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้จะ  
หมายถึง การทำกิจกรรมในครอบครัว ได้แก่ การรับประทานอาหารร่วมกัน การดูโทรทัศน์  
ร่วมกัน การไปเที่ยวนอกบ้านด้วยกัน สอนการทำกิจกรรมในชุมชน ได้แก่ การเป็นอาสาสมัคร  
การเป็นสมาชิกในชุมชน และการมีงานอดิเรก ได้แก่ การอ่านหนังสือ การปลูกต้นไม้

จากการศึกษาที่กล่าวมาข้างต้นสะท้อนให้เห็นว่า การมีบทบาทในครอบครัวและสังคม  
ถือเป็นตัวแปรหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยการทำกิจกรรมที่ใช้ใน  
การศึกษา ในครั้งนี้ จะหมายถึง การมีบทบาทในครอบครัว ได้แก่ การเป็นที่ปรึกษาคำแนะนำ  
การเป็นผู้อบรมสั่งสอน การเป็นผู้ตัดสินใจในกรณีต่างๆ การเป็นผู้มีส่วนในการหารายได้ให้แก่  
ครอบครัว การเป็นผู้ดูแลหลาน และการมีบทบาทในชุมชนได้แก่การเป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำ  
ในชุมชน การเป็นผู้ตัดสินใจในกรณีต่างๆในชุมชน และการถ่ายทอดประสบการณ์ความรู้ให้  
ชุมชน

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลการนำแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเพื่อจะได้นำมาปรับปรุง หรือเสริมแนวทางการพัฒนาดังกล่าวให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นต่อไป
2. ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในทุกด้านให้มากกว่านี้
3. ควรมีการศึกษาและหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะส่วนบุคคล หรือตามลักษณะการอาศัยอยู่ เช่น หาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกรณีผู้สูงอายุอาศัยอยู่กับคู่ชีวิตและบุตรหลาน ผู้สูงอายุอาศัยอยู่กับคู่ชีวิตเท่านั้นหรือผู้สูงอายุไม่มีคู่ชีวิตอาศัยคนเดียว ผู้สูงอายุไม่มีคู่ชีวิตแต่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน

### บรรณานุกรม

กรมการปกครอง, 2560. กระทรวงมหาดไทย.

จาก <http://203.113.86.149/hpstat9/people2.htm>

จิราพร เกศพิชญวัฒนา. มปป.

จาก <http://www.thaihealth.or.th/node/12511>

สุทธิพงศ์ บุญผดุง.มรภสหนท.

จาก <http://www.ssruir.ssru.ac.th/bitstream/ssruir/482/1/057-54.pdf>

องค์การอนามัยโลก,2001.

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

F. M. Andrews และ S. B. Whitney .1976

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

Sheldon.2000

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

Milberg.1992

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

อัจฉรา นวจินดา และ ขจีรัตน์ ภิมยธรรมศิริ.2534

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

มณี ชุตินาวุฒิกุล.2543

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

ศรีทัตติม พานิชพันธ์.2540

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

ศิริวรรณ มวงศรี.2540

จาก [http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER\\_2.pdf](http://digi.library.tu.ac.th/thesis/so/0278/10CHAPTER_2.pdf)

สิงหา จันทริย์วงศ์. 2551. รายงานการวิจัยการพัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ .

ศิรินุช ฉายแสง. 2553. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดอำนาจเจริญ.

ชนะโชค คาวัน. 2553. แนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบล ปลาปาก จังหวัดนครพนม. รายงานการศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สุพร คูหา. 2552. แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหนองขาว อำเภอกำแพง จังหวัดกาญจนบุรี. รายงานการศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น.มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

พจนา ศรีเจริญ. 2544. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในสมาคมข้าราชการนอกระาชการในจังหวัดเลย. วิทยานิพนธ์สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา สถาบันราชภัฏเลย.