O-19

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ บ้านหนองหญ้าปล้อง ตำบลนาฝาย อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ

ภียริน ฮุง*
อภิสิทธิ์ พลแสน**
วิมลศิลป์ ปรุงชัยภูมิ***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงผสม มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ 2) ศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ การวิจัยเชิงปริมาณ เก็บรวมรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามประชากรได้แก่ผู้สูงอายุจำนวน 57 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิจัยเชิงคุณภาพใช้แบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือในการวิจัยโดยมีประชากรเป้าหมายคือผู้สูงอายุจำนวน 10 คน และผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 2 คน ผลการวิจัยพบว่า

1) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม รองลงมาคือด้านสิ่งแวดล้อม ด้านจิตใจ และด้านร่างกาย ตามลำดับ

2) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ คือ ด้านร่างกายผู้สูงอายุควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับอาหารอย่างถูกหลักโภชนาการและถูกสุขอนามัย และแนะนำผู้สูงอายุเรื่องการดูแลสุขภาพร่างกายของตนเอง ด้านจิตใจควรส่งเสริมให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุเข้าใจในตัวผู้สูงอายุ ผู้ดูแลเปิดใจรับฟังความกังวลใจของผู้สูงอายุ และมีการอบรมความรู้การดูแลรักษาสุขภาพจิต ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมควรจัดกิจกรรมนันทนาการสานสัมพันธ์ร่วมกัน เพื่อให้ผู้สูงอายุร่วมเล่าปัญหากันฟังเพื่อแลกเปลี่ยนความคิด ด้านสิ่งแวดล้อมควรจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมทั้งในบ้านและนอกสถานที่ในหมู่บ้านและอำนวยความสะดวกของผู้สูงอายุสามารถเดินทางด้วยตนเองได้

คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ, คุณภาพชีวิต, จังหวัดชัยภูมิ

* *นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสหวิทยาการเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ*
** *นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสหวิทยาการเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ*
*** *อาจารย์ประจำสาขาวิชาสหวิทยาการเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ*

Development Guidelines the Quality of Life for Elderly in Nongyaplong Village, Nafai Sub-district, Meung District, Chaiyaphum Province

ABSTRACT

This research is a mixed research and aimed to 1) study the level quality of life of the elderly people in Norngyaplong Village, Nafai Sub-district, Meung District, Chaiyaphum Province. 2) study guideline to develop the quality of life of the elderly people in Norngyaplong Village, Nafai Sub-district, Meung District, Chaiyaphum Province. The data of quantitative research were collected by using questionnaires. The population of elderly people is 57 people. The statistics used in the analysis were percentage, mean and standard deviation. The Qualitative research used an interview form as a research tool and the target population of 10 elderly people and 2 people were key informant. The research found that: 1) The overall quality of life of the elderly is at a high level. When considering each field found that the field that has the highest mean is social relations followed by environmental, mental and physical respectively. 2) the guideline to develop the quality of life of the elderly people in Norngyaplong Village, Nafai Sub-district, Meung District, Chaiyaphum Province is physical field should encourage the elder to have knowledge about food, nutrition and hygiene and recommend elderly people to take care of their own health. For mental field should encourage the caretaker of elder understand elderly people. The caretaker should open mind listen to the trepidation of elderly people and have training for knowledge about mental health care. For social relations filed should organize recreational activities to build relationships for the elderly people to share their problems and exchange ideas to each other. For environmental filed should make the suitable environment both at home and outside the place in the village and the convenience for elderly people can go and back alone.

Key Words: Elderly, Quality of Life, Chaiyaphum Province

บทนำ

ปัจจุบันจำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทย ได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเนื่องจากระบบสาธารณสุขได้รับการพัฒนามากขึ้น การตระหนักถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญ ส่งผลให้ภาครัฐกำหนดมาตรการเตรียมการรองรับให้การดูแลผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุเหล่านั้น มี คุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น โดยกำหนดยุทธศาสตร์"การเตรียมความพร้อม สังคมไทยสู่สังคมผู้สูงอายุ" เป็นหนึ่งในยุทธศาสตร์หลักของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 ด้วยการมีแผน ผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564) เพื่อกำหนดทิศทางนโยบายยุทธศาสตร์และ มาตรการต่าง ๆ ที่ใช้ดำเนินการด้านผู้สูงอายุให้ชัดเจน (วิพรรณ ประจวบเหมาะ และศิริวรรณ ศิริบุญ, 2553) ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับระบบการดูแลและให้ ความช่วยเหลือผู้สูงอายุ เช่นการให้บริการด้านสุขภาพ การจัดสวัสดิการทางสังคม การส่งเสริม คุณภาพชีวิตที่ดี โดยที่สิ่งเหล่านี้จะต้องมีการได้รับรู้ถึงข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนและ ดำเนินการบนฐานของการลงทุนและใช้จ่ายอย่างคุ้มค่า (Dijksterhuis, 2011)

จังหวัดชัยภูมิมีประชากร 1,138,199 คน มีผู้สูงอายุ (ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป) จำนวน 181,589 คน คิดเป็นร้อยละ 16.0 ของประชากรทั้งสิ้น ซึ่งมีแนวโน้ม เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และจากนิยามสังคมผู้สูงอายุ(สัดส่วนผู้สูงอายุ มากกว่าร้อยละ 10) จะเห็นได้ว่าจังหวัดชัยภูมิได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว จากผลสำรวจภาวะการทำงานของประชากรของสำนักงานสถิติจังหวัดชัยภูมิ พบว่ามีผู้สูงอายุเกือบร้อยละ 50 ที่ยังคงทำงานหารายได้เลี้ยงตนเอง/ครอบครัว ซึ่งภาครัฐมีนโยบายส่งเสริมการจ้างงาน ผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ สามารถพึ่งตนเองได้ แต่ในภาพรวมแล้ว ผู้สูงอายุยังมีรายได้จากบุตร คู่สมรส เงินบำเหน็จบำนาญ ดอกเบี้ยเงินออมและเบี้ยยังชีพจากทางราชการด้วย ในปี 2559 มีผู้สูงอายุที่ได้รับสวัสดิการเบี้ยยังชีพจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จำนวน 162,372 คน (ร้อยละ 89.4 ของผู้สูงอายุ) และมีผู้สูงอายุที่ได้รับเบี้ยยังชีพผู้พิการ จำนวน 24,094 คน (ร้อยละ 13.3 ของผู้สูงอายุ) เมื่อพิจารณาข้อมูลด้านอื่นๆ พบว่า ยังมีผู้สูงอายุที่ต้องการความช่วยเหลือในการดำเนินกิจวัตรประจำวัน พื้นฐาน ร้อยละ 6.7 ของผู้สูงอายุ เป็นผู้ที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ไม่มีคนดูแล ไม่มีรายได้ และสมควรได้รับความช่วยเหลือ ร้อยละ 1.2 เป็นผู้ป่วยเรื้อรังติดเตียง/ติดบ้าน นอกจากนี้ยังมีผู้สูงอายุที่ประสบปัญหา ด้านที่อยู่อาศัย คุณภาพชีวิต สภาพแวดล้อมและสุขภาวะ(สำนักงานสถิติจังหวัดชัยภูมิ, 2561) แม้ว่าจะมีจำนวนเล็กน้อย แต่ต้องให้ความสำคัญกับพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ผู้สูงอายุ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ต่อไป

หมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ เป็นหมู่บ้านที่กำลังมีปัญหาเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นทุกปี เนื่องจากสภาพเศรษฐกิจสังคมที่เปลี่ยนแปลง ในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นในด้านสิ่งแวดล้อม วิถีชีวิต ความเป็นอยู่อาจทำให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่ำลง ผู้สูงอายุหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องส่วนใหญ่มีภาวะเจ็บป่วยโรคเรื้อรัง ต่าง ๆ เช่นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเส้นเลือด โรคอ้วน เป็นต้น และความเป็นอยู่ การใช้ชีวิตการดำรงชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุก็ยังพบปัญหาอยู่ ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่ำลงไปเรื่อย ๆ ซึ่งสาเหตุเกิดจากการขาดสวัสดิการ ขาดความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตนเองและขาดการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการในชีวิตที่ดีขึ้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปเป็นแนวทางในการพัฒนาการดำเนินงานของหมู่บ้านให้มี ประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และสามารถรองรับปัญหาการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรในอนาคตได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ
2. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ

วิธีการวิจัย

การออกแบบการวิจัย

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีวิทยาการวิจัยแบบผสม (Mixed Method) ประกอบด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณเพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และใช้การวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาแนวทางทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีวิทยาการวิจัยแบบผสม (Mixed Method) ประกอบด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)โดยประชากรและกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยในแต่ละประเภท ประกอบไปด้วย

1. การวิจัยเชิงปริมาณ ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ จำนวน 57 คน เก็บข้อมูลจากประชากรทั้งหมด

2. การวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัยครั้งนี้ คือผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิรวมทั้งสิ้น 10 คน โดยวิธีการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposeful Selection) เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคือ เป็นทั้งผู้สูงอายุที่อยู่บุตรหลาน และอยู่ตามลำพัง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. การวิจัยเชิงปริมาณใช้แบบสอบถามเพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ มีลักษณะเป็นแบบสำรวจ รายการ(Check list) ประกอบด้วยเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน โรคประจำตัว และลักษณะการอยู่อาศัย

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ จำนวน 25 ข้อ ซึ่งเป็นการสอบถามระดับความคิดเห็นของประชากร โดยแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบโดยใช้มาตราลิเกิร์ต Likert scale แบบ 5 ระดับ

2. การวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview Protocol) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไป ตอนที่ 2 เป็นแบบสัมภาษณ์ปลายเปิดมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ

การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

การดำเนินการสร้างเครื่องมือในการวิจัย ดังนี้

1. เครื่องมือเชิงปริมาณ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแบบสอบถาม เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ มีขันตอนในการดำเนินการดังนี้

1.1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถาม ภายใต้ขอบข่ายของการวิจัยคือแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ

1.2 กำหนดขอบเขตของข้อคำถามจากตัวแปรที่จะศึกษาตามมิติ คุณภาพชีวิต 4 ด้าน 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม 4) ด้านเศรษฐกิจ แล้วสร้างคำถามจากขอบเขตดังกล่าว

1.3 นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จเรียบร้อยแล้วเสนออาจารย์ที่ปรึกษาการวิจัย เพื่อพิจารณาตรวจสอบโครงสร้าง คำถาม การใช้ภาษา และความครอบคลุมในเนื้อหาสาระ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

1.4 นำแบบสอบถามที่ผ่านการทดลองใช้และปรับปรุงแก้ไขแล้วไปเก็บข้อมูล กับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยต่อไป

2. เครื่องมือเชิงคุณภาพ เป็นแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview Protocol) ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้องหมู่ที่ 5 ตำบลนาฝ่าย อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ มีขั้นตอนในการ ดำเนินการดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสัมภาษณ์

2.2 กำหนดขอบข่ายของข้อมูลที่ต้องการให้ครอบคลุมกรอบการศึกษาค้นคว้า

2.3 นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างเสร็จแล้วนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อ พิจารณาความถูกต้องและให้คำแนะนำเพื่อแก้ไขปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

2.4 นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องและแก้ไขปรับปรุง เรียบร้อยแล้วไปเก็บข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัยต่อไป

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และใช้แบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือในการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)โดยมีวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ดังนี้

1. การวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล ตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1.1 ขอหนังสือแนะนำตัวผู้วิจัยและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยจากคณะรัฐศาสตร์เพื่อขอความร่วมมือในการวิจัย

1.2 สร้างแบบสอบถาม โดยคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) ทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) โดยการทดลองใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างที่คล้ายคลึงกันจำนวน 30 ชุด และนำแบบสอบถามมาหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่า (Alpha Coefficient) ของครอนบาช (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .945 นับว่าแบบสอบถามมีความน่าเชื่อถือ

1.3 เก็บรวบรวมข้อมูลและนำมาวิเคราะห์ต่อไป

2. การวิจัยเชิงคุณภาพผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังนี้

2.1 ขอหนังสือแนะนำตัวผู้วิจัยและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยจากคณะรัฐศาสตร์

2.2 ส่งแบบสัมภาษณ์ให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญอีก 1 ท่าน ตรวจสอบแนวคำถาม

2.3 ปรับปรุงแนวคำถามในแบบสัมภาษณ์ และส่งแบบสัมภาษณ์ให้กับคณะกรรมการกลุ่มวิสาหกิจชุมชนหมูบ้านเสียวน้อยเป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 2 คนล่วงหน้า 3 วันก่อนวันที่นัดสัมภาษณ์ด้วยตนเอง

2.4 ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Selection Interview) ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ผู้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant Interview) จำนวน 2 คน

ผลการวิจัย

ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลประเด็นคำถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยแยกข้อมูลออกเป็น 4 ด้านดังนี้

ด้านที่ 1 ด้านร่างกายประกอบด้วย 6 ข้อ โดยข้อประเด็นของผู้ตอบแบบสอบถามทีมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.96 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.085 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่อยู่ในระดับรองลงมา คือ ท่านพอใจกับความสามารถในการทำงานของท่านเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.902 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ในชีวิตประจำวันท่านมีความจำเป็นต้องพึ่งยาหรือการรักษาทางการ แพทย์เพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.23 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.053

จากเนื้อหาคำถามเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตและวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยรวม พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านร่างกายอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.68 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.70

ด้านที่ 2 ด้านจิตใจประกอบด้วย 6 ข้อ โดยข้อประเด็นของผู้ตอบแบบสอบถามทีมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ท่านรู้สึกมีความสุขในชีวิตมากน้อยเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.88 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.683 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่อยู่ในระดับรองลงมา คือ ท่านรู้สึกพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ขณะนี้มากเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.86 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.693 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ท่านมีความกังวลในเรื่องต่างๆ เช่น รู้สึกหดหู่ ผิดหวัง ซึมเศร้า เป็นต้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.47 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.908

จากเนื้อหา คำถามเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตและวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยรวม พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านจิตใจอยู่ในระดับมาก โดยค่าเฉลี่ยรวม 3.70 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.558

ด้านที่ 3 ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมประกอบด้วย 5 ข้อ ประเด็นของผู้ตอบแบบสอบถามทีมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อน ๆ เพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.09 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.544 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่อยู่ในระดับรองลงมา คือ ท่านรู้สึกพอใจกับการผูกมิตรของเพื่อนบ้านเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.530 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม มาก น้อยเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.96 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.963

จากเนื้อหา คำถามเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตและวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยรวม พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ทางสังคมอยู่ในระดับมาก โดยค่าเฉลี่ยรวม 3.99 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.599

ด้านที่ 4 ด้านสิ่งแวดล้อมประกอบด้วย 8 ข้อ ประเด็นของผู้ตอบแบบสอบถามทีมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด คือ สภาพแวดล้อมรอบๆตัวท่านมีผลดีต่อสุขภาพของท่านเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.16และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.527 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่อยู่ในระดับรองลงมา คือ ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ในปัจจุบันมากน้อยเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.98 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.668 ส่วนระดับคุณภาพชีวิตที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็นมากน้อยเพียงใด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.89 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.205

จากเนื้อหา คำถามเกี่ยวกับระดับคุณภาพชีวิตและวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยรวม พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับมาก โดยค่าเฉลี่ยรวม 3.72 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.648

ในภาพรวมระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านหนองหญ้าปล้อง หมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ ทั้ง 4 ด้าน พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.76 และเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.550

ผลการวิจัยเชิงคุณภาพ

จากการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 60-69 ปี อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตร จะมีคนในครอบครัวคอยดูแลในด้านปัจจัยสี ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค และที่อยู่อาศัย และจะใช้เวลาแต่ละวันกับการผูกมิตรกับเพื่อนบ้านและการเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน รายได้ของผู้สูงอายุส่วนมากได้มาจากเงินสวัสดิการผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีโรค

ประจำตัวคือเบาหวาน ความดัน ต้องไปส่งเสริมสุขภาพตำบลนาฝายและโรงพยาบาลชัยภูมิ เพื่อรับคำแนะนำมาปรับใช้ในการดูแลสุขภาพร่างกายให้ดีขึ้น ทานยาตามแพทย์สั่ง

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง ด้านร่างกายผู้สูงอายุจะดูแลทั่วไปมีสมุนไพรที่สามารถแก้ปวดเมื่อยตามร่างกาย ออกกำลังกายสม่ำเสมอสัปดาห์ละ 2-3 วัน ตามช่วงอายุของผู้สูงอายุ และนอกจากนี้ยังต้องมีการดูแลจากทางแพทย์คือ ควบคุมอาหาร รับประทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ และทานยารักษาโรค ส่วนด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวและเพื่อนบ้าน คือผู้สูงอายุได้มีการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางหมู่บ้านได้จัดขึ้น อย่างเช่น ร่วมประชุมกับทางหมู่บ้าน

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตดี การมีอาการเครียด น้อยใจเป็นเรื่องธรรมชาติของผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุคือ การนั่งสมาธิและสวดมนต์ก่อนนอนทุกคืนช่วยทำให้นอนหลับสบาย จิตใจไม่ฟุ้งซ่าน หรือถ้ามีเวลาว่างจะเดินทางไปปฏิบัติธรรมที่วัด เพื่อทำให้จิตใจสงบ และมีสมาธิในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางชุมชนได้จัดขึ้นทุกกิจกรรม เช่น กิจกรรมรดน้ำดำหัวทุกวันสงกรานต์ และงานบวชในหมู่บ้าน เพื่อสานสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนบ้านต่างวัยและผู้สูงอายุได้มีความร่วมมือที่ดีส่วนสภาพแวดล้อมบรรยากาศดี แต่ติดที่มีปัญหาคือ หมู่บ้านไฟฟ้าดับบ่อยครั้ง ระบบน้ำประปาคุณภาพไม่ดีและไม่มีความสม่ำเสมอในการให้บริการ แต่สามารถปรับตัวได้จากการมีถังสำรองน้ำไว้ใช้ยามฉุกเฉิน

อภิปรายและสรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ หมู่บ้านหนองหญ้าปล้อง หมู่ที่ 5 ตำบลนาฝาย อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ พบว่ามีประเด็นที่น่าสนใจ นำมาสรุปและอภิปรายผล ดังนี้

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุหมู่บ้านหนองหญ้าปล้อง ตำบลนาฝาย อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ โดยรวมและรายด้านในระดับมากเพราะผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาพของตนเอง เช่น การออกกำลังกายและการบริโภคให้ถูกหลักโภชนาการ และการฝึกปฏิบัติธรรม ครอบครัวของผู้สูงอายุดูแลเอาใจใส่ดีทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวเข้าหาครอบครัวได้ง่ายและสานสัมพันธ์ครอบครัวให้เป็นครอบครัวที่เข้มแข็ง ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางชุมชนได้จัดขึ้นเพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนบ้านและคนในชุมชนซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของบาร์โรว์และสมิท (Barrow and Smith, 1979 อ้างถึงใน อมรวรรณ สกุลอมร, 2555) ได้ให้แนวคิดของคุณภาพชีวิตว่า การที่บุคคลจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นต้องประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ด้านคือ การมีสุขภาพดี ไม่มีความผิดปกติทางด้านจิตใจ และการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นๆ ซึ่งได้ให้แนวคิดว่า การที่บุคคลจะดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขจะต้องมีองค์ประกอบ 9 ด้านคือ ด้านสุขภาพอนามัย โภชนากร การศึกษา การทำงาน (สภาพการทำงาน) การมีที่อยู่อาศัย มีเครื่องนุ่งห่มเพียงพอ มีการประกันสังคม มีนันทนาการ และมีอิสระในการดำเนินชีวิต อาจเป็นไปได้ว่าในด้านร่างกายผู้สูงอายุมีการดูแลรักษาสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้อง ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่แข็งแรง สามารถไปไหนมาไหนคนเดียวได้และสามารถหารายได้ด้วยตนเอง ในการดูแลสุขภาพด้านจิตใจผู้สูงอายุส่วนมากไม่มีความเครียดและกังวลในเรื่องต่างๆ เช่น ผิดหวัง ซึมเศร้า เป็นต้น เพราะผู้สูงอายุมีกิจกรรมของตนเองโดยเข้าวัดปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ ทำให้จิตใจสงบและแข็งแรง ในด้านความสัมพันธ์ทางสังคมผู้สูงอายุส่วนมากพบปะสังสรรค์กับเพื่อนบ้านเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันและการใช้ชีวิตในประจำวันสานสัมพันธ์ระหว่างคนในชุมชน และเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางชุมชนได้จัดขึ้นทุกกิจกรรมทำให้ผู้สูงอายุและมีส่วนร่วมซึ่งกันและกัน การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกครอบครัว เช่น การดูแลเอาใจใส่ของสมาชิกในครอบครัวเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคมผู้สูงอายุดีขึ้น และด้านสิ่งแวดล้อม คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในระดับมาก สภาพแวดล้อมอยู่ในชุมชนส่งผลดีต่อสุขภาพและถนนหนทางไหนมาไหนได้สะดวกโดยเฉพาะสามารถใช้ในบริการสาธารณสุขได้ตามความจำเป็น

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง ด้านร่างกายผู้สูงอายุจะดูแลทั่วไปมีสมุนไพรที่สามารถแก้ปวดเมื่อยตามร่างกาย ออกกำลังกายสม่ำเสมอสัปดาห์ละ 2-3 วัน ตามช่วงอายุของผู้สูงอายุ และนอกจากนี้ยังต้องมีการดูแลจากทางแพทย์คือ ควบคุมอาหาร รับประทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ และทานยารักษาโรค สะท้อนให้เห็นว่าด้านร่างกายผู้สูงอายุมีวินัยต่อการดูแลสุขภาพของตนเองเพื่อแบ่งเบาภาระหน้าที่ทางครอบครัวอย่างลงตัว ส่วนด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวและเพื่อนบ้าน คือผู้สูงอายุได้มีการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางหมู่บ้านได้จัดขึ้น อย่างเช่น ร่วมประชุมกับทางหมู่บ้าน สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่จากทางครอบครัว มีการพบปะหรือร่วมกิจกรรมกับเพื่อนบ้าน ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ กุหลาบ รัตนสัจธรรม และวนัสรา เชาวน์นิยม (2559) คือกลไกขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุแบบ บูรณาการพหุปัญญาตามแนวคิดปรัชญาตะวันตก พบว่า ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีต้องมีการปฏิบัติในด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย ด้านการเข้าใจธรรมชาติ และด้านการสร้างสัมพันธภาพ ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่า ผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างถูกต้อง เช่น การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การบริโภคให้ถูกหลักโภชนาการ การพักผ่อนเพียงพอ ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านและร่วมกิจกรรมที่ทางหมู่บ้านจัดขึ้น ร่วมกันปฏิบัติและขับเคลื่อนไหวและกิจกรรมทางสังคม ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสามัคคีปรองดองกันและมีส่วนร่วมซึ่งกันและกัน ด้านจิตใจ ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดีเพราะทางครอบครัวดูแลเอาใจใส่ดี ดูแลไม่ขาดตกบกพร่อง และด้านสิ่งแวดล้อม ทางครอบครัวผู้สูงอายุมีการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในบ้าน เช่น การจัดเก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบ ไม่เกะกะทางเดินผู้สูงอายุ แต่ยังไม่มีการปรับปรุงเนื่องจากว่าบางอย่างต้องมีค่าใช้จ่าย คือ การเปลี่ยนโถสุขภัณฑ์ การปรับปรุงหลังคาห้องน้ำ การสร้างห้องส้วมไว้เป็นการถาวร การปรับปรุงพื้นบ้านให้เสมอกันและไม่ลื่นต่อการเดินในบ้านของผู้สูงอายุ ถนนหนทางในหมู่บ้านเดินทางสะดวกแต่ขรุขระ สามารถเดินทางไปใช้บริการสาธารณสุขได้ตามความจำเป็น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้สูงอายุบ้านหนองหญ้าปล้อง ตำบลนาฝาย อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ ทุกท่านที่กรุณาสละเวลาเอื้อเฟื้อข้อมูลที่เป็นประโยชน์ รวมถึงนักวิชาการที่ให้ข้อมูลสำคัญ และขอบคุณบุคลากรคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ที่อำนวยความสะดวกเกี่ยวกับเอกสารทางราชการ ท้ายที่สุดขอขอบคุณ อาจารย์เทอดศักดิ์ ไป่จันทึก และอาจารย์วิมลศิลป์ ปรุงชัยภูมิ อาจารย์ที่ปรึกษางานวิจัย กระทั่งสามารถดำเนินการลุล่วงไปได้ด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

กุหลาบ รัตนสัจธรรม และวนัสรา เชาวน์นิยม. (2559). **รายงานผลการวิจัยเรื่องกลไกขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุแบบบูรณาการพหุปัญญาตามแนวคิดปรัชญาตะวันออก**. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.

วิพรรณ ประจวบเหมาะ และศิริวรรณ ศิริบุญ. (2553). **สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2552**. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.

สำนักงานสถิติจังหวัดชัยภูมิ. (2561). **เอกสารและรายงานสำนักงานสถิติจังหวัด** (ออนไลน์). ค้นเมื่อ 17 มกราคม 2562 จาก http://chaiyaphum.nso.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=381:2018-03-27-08-16-21&catid=105:2012-01-09-07-07-49&Itemid=591

อมรวรรณ สกุลอมร. (2555). **ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดบริการสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุกับยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลเมืองหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี.

Dijksterhuis, de Greef MH, Scherder EJ, Slaets JP, van der Schans CP. (2011). Frail institutionalized older persons: A comprehensive review on physical exercise, physical fitness, activities of daily living, and quality-of-life. **Journal of physical medicine and rehabilitation**, 90(2), 156-68.