

การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น

ELDERLY WELL-BEING DEVELOPMENT OF THE ELDERS IN KHUENUBOLRATANA SUB-DISRICT, UBOLRATANA DISTRICT, KHONKAEN PROVINCE

¹ลธิธิพร เกษจ้อย, ²วรเทพ เวียงแก, ³เอกชาตรี สุขเสน, ⁴สัจจรักษ์ ไร่สงวน,
⁵วรชัต ทะสา และ ⁶สุดาทิพย์ เกษจ้อย
¹Sitthiporn Khetjoi, ²Woratep Wiaengkae, ³Akchatree Suksen,
⁴Saccarak Raisa-nguan, ⁵Worachat Thasa, and ⁶Sudhathip Khetjoi

¹มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสาน
¹Mahamakut Buddhist University Isan Campus
⁶มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ
⁶Sisaket Rajabhat University

Received: 2022-02-25

Revised: 2022-04-20

Accepted: 2022-04-28

¹Corresponding Author's Email: piakealexander@yahoo.com

¹เบอร์โทร: 085-4082638

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภอเขื่อนอุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น 2) การเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภอเขื่อนอุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น 3) เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะในการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภอเขื่อนอุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น คณะผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุซึ่งเป็นประชากรตัวอย่างจำนวน 229 คน นำมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและการวิเคราะห์ด้วยสถิติคือ ค่าร้อยละ (Percentage), ค่าเฉลี่ย (Mean), ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนมากเป็นเพศหญิง ร้อยละ 53.70 เพศชาย ร้อยละ 46.30 ผู้สูงอายุมีระหว่างอายุ 60-69 ปี ร้อยละ 50.70 ผู้สูงอายุส่วนมากมีสถานะภาพแต่งงาน ร้อยละ 73.40 ระดับการศึกษาส่วนมากผู้สูงอายุจบประถมศึกษา ร้อยละ 38.0 ผู้ตอบแบบสอบถามที่ไม่ได้เรียนหนังสือ และอ่านไม่ออกและเขียนไม่ได้ ร้อยละ 34.10 ไม่ได้เรียนหนังสือ แต่อ่านออกและเขียน

ได้ ร้อยละ 16.60 ผู้สูงอายุส่วนมากไม่ได้ทำงาน ร้อยละ 34.90 รายได้ส่วนมากมาจากตนเอง ร้อยละ 61.60 คือเบี้ยผู้สูงอายุ มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท/เดือน ร้อยละ 42.40 การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น ทั้ง 4 ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก \bar{X} 4.04 ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงมีกำลังเพียงพอที่จะดำเนินชีวิตและเดินทางไปในสถานที่ต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง มีการนำหลักธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อการแก้ไขปัญหาและความสงบภายในจิตใจ แต่สิ่งที่เป็นปัญหาในการดำเนินชีวิตคือ ผู้สูงอายุส่วนมากจะใช้ระยะเวลาค่อนข้างมากในการทำความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิที่พึงได้รับจากหน่วยงานของรัฐทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะวัย ดังนั้นหน่วยงานรัฐที่เกี่ยวข้องจะต้องเข้ามามีส่วนร่วมเสริมสร้างสุขภาวะเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง และเสริมกระบวนการรู้คิด ทบทวนความจำ เพื่อป้องกันและช่วยชะลอสถานะสมองเสื่อมสำหรับผู้สูงวัยโดยวิธีการที่เหมาะสม

คำสำคัญ: การเสริมสร้าง; ผู้สูงอายุ; สุขภาวะ.

Abstract

This research is survey research with 3 objectives namely; 1) to study the personal factors of the elders in Khuenubolratana sub-district, Ubolratana district, Khonkaen province, 2) to study elderly well-being development of the elders in Khuenubolratana sub-district, Ubolratana district, Khonkaen province, and 3) to study the suggestion to develop elderly well-being of the elders in Khuenubolratana sub-district, Ubolrat district, Khonkaen province. The researchers collected the data from 299 elderly sampling respondents by questionnaires and analyzed the data by content analysis and descriptive statistic; percentage, mean, and standard deviation. The results were as follow:

Most of the elders, 53.70 percent, were female, and 46.30 percent were male. 50.70 percent of the respondents are age between 60-69 years old, and 73.40 percent were married. The respondents, 38.0 percent, were graduated primary school. 34.10 percent were illiterate, but 16.60 percent of the respondent having no degree of education were literate. Most of them, 34.90 percent, were

unemployment, 61.60 percent of the respondents received elderly allowance. 42.40 percent of the respondents earned lower than 5,000 bath/moth.

The overall four aspects of elderly well-being development was at high mean level (\bar{X} 4.04). The elders were healthy and got moral support to live in the society, and they did their work by themselves. They applied Dhamma to use in their daily life to resolve their problems and live happily. They faced the problem about their right when they went to receive state welfare due to their aging. So, concerned public organizations should to develop well-being for the elders for their healthy physic and mentality, and support cognition and memory to protect and delay dementia with proper methods.

Keywords: Development; Elders; Well-being

บทนำ

ในช่วงหลายปีที่ผ่านมาจะพบว่า จำนวนประชากรสูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วกลายเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในหลายประเทศทั่วโลก การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างประชากรในปัจจุบันกลายเป็นประเด็นสำคัญที่นักประชากรศาสตร์ ผู้บริหารนโยบาย ผู้นำระดับภูมิภาค หรือระดับชาติ รวมถึงนักการตลาดทั่วโลกต้องจับตามอง เนื่องจากภาวะผู้สูงอายุนั้นไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อตัวบุคคลหรือภายในครอบครัวเท่านั้น แต่ยังส่งผลกระทบต่อในวงกว้างไปจนถึงระดับประเทศและระดับโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งผลกระทบที่เกิดขึ้นกับภาคเศรษฐกิจ ทั้งนี้ United Nation (2015) เสนอว่า ผู้สูงอายุ (older person) หมายถึง ประชากรทั้งชายและหญิงที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป โดยได้แบ่งระดับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุไว้ 3 ระดับ ได้แก่ 1. สังคมผู้สูงอายุ (aged Society) หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด 2. สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (complete aged society) หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และ 3. สังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอด (super aged society) หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด (Kanchanan, 2019) ประเทศไทยจึงได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. 2543 และคาดการณ์ว่าจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ และสังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอดในปี พ.ศ. 2564 และปี พ.ศ. 2578 ตามลำดับ หากสังเกตจะพบว่า ประเทศไทยใช้เวลาในการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์เพียงแค่ 20 กว่าปีเท่านั้น ซึ่ง

ถือว่าใช้เวลาอย่างมาก ในขณะที่กลุ่มประเทศที่เผชิญปัญหาสังคมผู้สูงอายุลำดับแรก ๆ นั้นมักเป็นกลุ่มประเทศที่พัฒนาแล้ว และใช้เวลาในการเปลี่ยนผ่านค่อนข้างมาก อาทิ ฝรั่งเศสใช้เวลา 115 ปี สวีเดน 85 ปี ออสเตรเลีย 73 ปี สหรัฐอเมริกา 69 ปี เป็นต้น ทำให้ประเทศเหล่านี้มีเวลาในการเตรียมตัวปรับโครงสร้างทางเศรษฐกิจและสังคมเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุอย่างเพียงพอ ขณะที่ประเทศกลุ่มที่สองที่กำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์กลับเป็นประเทศที่กำลังพัฒนาอย่าง ประเทศไทย ชิลี จีน หรือสิงคโปร์ที่ใช้เวลาในการเปลี่ยนผ่านเพียงประมาณ 20 กว่าปี ซึ่งถือว่าน้อยมากสำหรับการเตรียมตัวรับมือการเปลี่ยนแปลงในระดับมหภาคที่กำลังจะเกิดขึ้นการเรียนรู้และเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงของสังคมผู้สูงอายุ จึงถือเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมสำหรับอนาคต เพราะผู้สูงอายุนั้นจะกลายเป็นประชากรส่วนใหญ่ของโลกและจะกลายเป็นลูกค้าสำคัญสำหรับนักการตลาดในอนาคต เพื่อให้ตระหนักถึงสถานการณ์ของสังคมผู้สูงอายุในระดับต่างๆ ลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางการตลาดมากกว่าการลงลึกถึงรายละเอียดและผลกระทบที่จะเกิดขึ้นในระยะยาวทั้งนี้ ก็เพื่อให้หน่วยงานภาครัฐ รวมถึงผู้ที่เกี่ยวข้องได้เกิดความเข้าใจและเท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงตลอดจนนำข้อมูลที่ได้ไปคิดวิเคราะห์ เพื่อให้พร้อมรับมือกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นกับสังคมไทยในเร็ววันนี้ (Prompak, 2013)

สถานการณ์ของสังคมผู้สูงอายุในประเทศไทย รายงานขององค์การสหประชาชาติมีทิศทางสอดคล้องกับรายงานของ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (National Statistical Office of Thailand, 2020) ที่สรุปแนวโน้มจำนวนประชากรทั้งประเทศว่าประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 ด้วยสัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ และคาดว่าจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ในช่วงปี พ.ศ. 2564 และจะเป็นสังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอด ในปี พ.ศ. 2578 จากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559 ของมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย พบว่า สัดส่วนของผู้สูงอายุเพศหญิงนั้นมีสูงกว่าเพศชายเล็กน้อยรายงานเดียวกันนี้เผยว่า ในปี พ.ศ. 2559 ประเทศไทยจะมีประชากรทั้งหมด 65.9 ล้านคน และมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป 11 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 16.5 ของประชากรทั้งหมด โดยมีการจัดอันดับพื้นที่ที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดในประเทศไทย อันดับที่ 1 คือ กรุงเทพมหานคร มีจำนวนผู้สูงอายุจำนวน 936,865 คนคิดเป็นร้อยละ 16.47 ของประชากรในจังหวัด อันดับที่ 2 นครราชสีมา 400,496 คนคิดเป็นร้อยละ 15.22 อันดับที่ 3 เชียงใหม่ 284,497 คนคิดเป็นร้อยละ 16.39 อันดับที่ 4 ขอนแก่น 276,209 คน คิดเป็นร้อยละ 15.32 และอันดับที่ 5 นครศรีธรรมราช 240,522 คน คิดเป็นร้อยละ 15.47 การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างสังคมในช่วงหลายทศวรรษที่ผ่านมา ส่วนหนึ่งเกิดจากการพัฒนาอย่างต่อเนื่องทางด้านเศรษฐกิจสังคม รวมถึงการพัฒนาด้านเทคโนโลยีทางการแพทย์

และสาธารณสุขทำให้เกิดการคิดค้นนวัตกรรมใหม่ที่เจริญก้าวหน้าช่วยรักษาโรคร้ายแรง และโรคอื่น ๆ ที่คร่าชีวิตประชาชน เมื่อประชาชนมีสุขภาพอนามัยดีขึ้น ประชากรในสังคมไทยจึงมีอายุมากขึ้นตามไปด้วย โดยเพศชายมีอายุเฉลี่ยประมาณ 71.3 ปี ขณะที่ เพศหญิง มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 78.2 ปี เมื่อประชากรในสังคมมีอายุยืนยาวขึ้น เนื่องจากกลุ่มผู้สูงอายุมีอัตราการเสียชีวิตลดลง Foundation Research and Elderly Development of Thailand (2020) ขณะที่ความเร่งรีบในชีวิตประจำวันและภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบันทำให้อัตราการเกิดลดลง และส่งผลต่อประชากรวัยเด็กของประเทศ จึงทำให้หลายภาคส่วนเริ่มตระหนักถึงภาวะดังกล่าว โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาคธุรกิจที่เริ่มหันมาให้ความสำคัญกับการปรับเปลี่ยนกลยุทธ์ เพื่อรองรับผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้น และพยายามเข้าถึงลักษณะพฤติกรรมความต้องการของผู้บริโภคกลุ่มนี้ เพื่อที่จะได้สามารถกำหนดกลยุทธ์และการสื่อสารทางการตลาดที่ตรงใจมากที่สุด การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างสังคมในช่วงหลายทศวรรษที่ผ่านมา สถานการณ์ของสังคมผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (Northeast) จำนวน 20 จังหวัด สถิติจากระบบข้อมูลการลงทะเบียนกรรมการปกครอง ในปี พ.ศ. 2560 พบว่า จำนวนประชากรทั้งเพศชายและเพศหญิง 21,989,477 คน แยกเป็นจำนวนประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป 3,250,975 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 14.78 และแยกเป็นจำนวนประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป สถานการณ์ของสังคมผู้สูงอายุในจังหวัดขอนแก่น จำนวน 26 อำเภอ เทศบาลนคร 1 แห่ง เทศบาลเมือง 6 แห่ง เทศบาลตำบล 35 แห่ง แห่งจากข้อมูลระบบสถิติทางการทะเบียน ในปี พ.ศ. 2562 พบว่า จำนวนประชากรทั้งเพศชายและเพศหญิง 1,802,872 คน แยกเป็นจำนวนประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป 325,290 คน ในอำเภออุบลรัตน์จังหวัดขอนแก่น จำนวน 6 ตำบล จากข้อมูลระบบสถิติทางการทะเบียน ในปี พ.ศ. 2563 พบว่า จำนวนประชากรทั้งเพศชายและเพศหญิง 40,667 คน แยกเป็นจำนวนประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป 6,538 คน

ในจังหวัดขอนแก่น มีหน่วยงานที่รับผิดชอบด้านสวัสดิการผู้สูงอายุโดยตรง คือ ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น ซึ่งมีบทบาทและภารกิจในการส่งเสริมและบริการด้านสวัสดิการสังคมให้กับผู้สูงอายุ ร่วมกับองค์การบริหารส่วนตำบลและหน่วยที่เกี่ยวข้องเพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีให้กับผู้สูงอายุ ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุขอนแก่น มีภารกิจ 6 ภารกิจหลักดังนี้ 1. ศูนย์ข้อมูลสารสนเทศงานสวัสดิการผู้สูงอายุ 2. ศูนย์การจัดสวัสดิการผู้สูงอายุในชุมชน 3. ศูนย์การเรียนรู้ 4. ศูนย์ฝึกอบรมและพัฒนา 5. ศูนย์บริการให้คำแนะนำปรึกษาและส่งต่อ 6. ศูนย์การจัดสวัสดิการผู้สูงอายุแบบสถาบัน มีเขตพื้นที่รับผิดชอบ 7 จังหวัด มีผู้สูงอายุรวมทั้งสิ้น 681,322 คน ดังนี้ 1. จังหวัดขอนแก่น 194,038 คน 2. จังหวัดกาฬสินธุ์ 96,048 คน 3. จังหวัดอุดรธานี 116,940 คน 4. จังหวัดหนองคาย 97,282 คน 5. จังหวัดหนองบัวลำภู 53,654 คน

6. จังหวัดเลย 76,978 คน 7. จังหวัดบึงกาฬ 46,382 คน ด้วยภารกิจงานและบทบาทในการส่งเสริมและบริการด้านสวัสดิการสังคมให้กับผู้สูงอายุ ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุจึงได้มอบหมายให้นักสังคมสงเคราะห์ปฏิบัติการลงพื้นที่เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาทางสังคม ด้านที่อยู่อาศัยและไม่ทราบข้อมูลในการเข้ารับสวัสดิการ ในเขตจังหวัดขอนแก่น ตามภารกิจกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (KhonKaen Elderly Social Welfare Development Center, 2021) แต่ก็ยังมีผู้สูงอายุจำนวนมากที่ยังเข้าไม่ถึงบริการเหล่านี้ เนื่องจากยังขาดการประชาสัมพันธ์ การเข้าถึงพื้นที่ที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ และผู้สูงอายุส่วนมากไม่เข้าใจในคำว่าสวัสดิการผู้สูงอายุหรือกฎหมายที่ว่าด้วยเรื่องสวัสดิการผู้สูงอายุซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญในการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุด้วยสถานการณ์ดังกล่าว คณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุในเทศบาลตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น เพื่อที่จะเป็นแนวทางในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น
2. เพื่อศึกษาการเสริมสร้างสุขภาวะให้กับผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น
3. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะในการเสริมสร้างสุขภาวะให้กับผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่นเป็นการวิจัยเชิงสำรวจ กลุ่มประชากร (Population) ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในเขตที่อาศัยตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น รวมทั้งสิ้น 535 คน และเป็นบุคคลที่มีภูมิลำเนาอาศัยอยู่ในพื้นที่จริง แยกเป็นจำนวนประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป (Kheanubolratana Sub-district Administrative Organization, 2020) ในแต่ละหมู่บ้านมีรายละเอียดดังนี้

หมู่ที่	ชื่อหมู่บ้าน	จำนวนประชากรผู้สูงอายุ/คน
หมู่ที่ 1	บ้านบ่อนกเขา	78 คน
หมู่ที่ 2	บ้านพระบาท	71 คน
หมู่ที่ 3	บ้านท่าเรือ	28 คน
หมู่ที่ 4	บ้านเขื่อนอุบลรัตน์	34 คน
หมู่ที่ 5	บ้านโคกน้ำเกลี้ยง	27 คน
หมู่ที่ 6	บ้านโนนจิก	96 คน
หมู่ที่ 7	บ้านภูคำ बै้า	84 คน
หมู่ที่ 8	บ้านโนนสวรรค์	30 คน
หมู่ที่ 9	บ้านแก่งศิลา	53 คน
หมู่ที่ 10	บ้านภูเขาวง	34 คน
	รวม	535 คน

ตารางที่ 1: จำนวนผู้สูงอายุในเขตตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น

โดยคณะผู้วิจัยได้ใช้วิธีการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรของ ทาโร่ ยามาเน่ (Taro Yamane) ที่ความคลาดเคลื่อน 0.05 (ระดับความเชื่อมั่น 95%) โดยที่สูตรคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างในกรณีที่ทราบจำนวนประชากร คือ (Yamane, T., 1967)

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

เมื่อ

- n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
- N = ขนาดของประชากรที่ใช้ในการวิจัย
- e = ค่าเปอร์เซ็นต์ความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มตัวอย่าง ซึ่งในงานวิจัยกำหนดให้มีความคลาดเคลื่อนได้ ร้อยละ 5 หรือ 0.05

$$\begin{aligned} \text{ดังนั้น ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง (n)} &= \frac{535}{1 + 535(0.05)^2} \\ &= 229 \text{ คน} \end{aligned}$$

จากการใช้สูตรคำนวณของ ทาโร่ ยามาเน่ (Taro Yamane) โดยมีประชากร จำนวน 535 คน จึงได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 229 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลใน

การวิจัยครั้งนี้ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายปิดและปลายเปิด โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ ตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น 4 ด้าน คือ

- 2.1 ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย
- 2.2 ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิต
- 2.3 ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม
- 2.4 ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปลายเปิด (Open-ended Questions) เกี่ยวกับข้อเสนอแนะและแนวทางพัฒนาการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น

นำแบบสอบถาม เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและครอบคลุมเชิงเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ของแบบสอบถาม แล้วนำผลวิเคราะห์รายข้อ เพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือ โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item Objective Congruency) นำแบบสอบและคำถามปลายเปิดที่ผ่านการตรวจแก้จากผู้เชี่ยวชาญแล้ว แล้วไปทำการทดลอง (Try-out) โดยใช้กับผู้สูงอายุบ้านดอนยาง หมู่ 11 ตำบลศิลา อำเภอเมืองขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น จำนวน 30 ชุด เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) และได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.77 และได้ นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มประชากรตัวอย่างซึ่งเป็นผู้สูงอายุ จำนวน 229 คน คณะผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาและสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัย

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 229 คน เป็นเพศชาย จำนวน 106 คน ร้อยละ 46.30 และเป็นเพศหญิง จำนวน 123 คน ร้อยละ 53.70 มีอายุระหว่าง 60-69 ปี จำนวน 116 คน ร้อยละ 50.70 อายุระหว่าง 70-79 ปี จำนวน 92 คน ร้อยละ 40.20 มีอายุระหว่าง 80-89 ปี จำนวน 19 คน ร้อยละ 8.30 และมีอายุ 90 ปี ขึ้นไป จำนวน 2 คน ร้อยละ 0.90

มีสถานภาพโสด จำนวน 13 คน ร้อยละ 5.70 สมรส จำนวน 168 คน ร้อยละ 73.40 มีสถานะหย่า/แยกกันอยู่/หม้าย จำนวน 48 คน ร้อยละ 21.0 ผู้ตอบแบบสอบถามที่ไม่ได้เรียนหนังสือ อ่านและเขียนไม่ได้ จำนวน 78 คน ร้อยละ 34.10 ไม่ได้เรียนหนังสือ แต่อ่านออกและเขียนได้ จำนวน 38 คน ร้อยละ 16.60 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 87 คน ร้อยละ 38.0 จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา จำนวน 10 คน ร้อยละ 4.40 จบการศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 12 คน ร้อยละ 5.20 และจบการศึกษาสูงกว่าระดับปริญญาตรี จำนวน 2 คน ร้อยละ 0.90 ผู้ตอบแบบสอบถามที่ไม่ได้ทำงาน จำนวน 80 คน ร้อยละ 34.90 ประกอบอาชีพเกษตรกร จำนวน 37 คน ร้อยละ 16.20 ประกอบอาชีพรับจ้าง จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 23.10 เคยประกอบอาชีพข้าราชการ จำนวน 12 คน ร้อยละ 5.20 ค้าขาย จำนวน 28 คน ร้อยละ 12.20 ประกอบอาชีพอิสระ เช่น การรับจ้างตามหมู่บ้านตามการจ้างงาน จำนวน 19 คน ร้อยละ 8.30 ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีแหล่งรายได้หลักมาจากตนเอง จำนวน 141 คน ร้อยละ 61.60 ทรัพย์สินเดิมที่เก็บสะสม จำนวน 6 คน ร้อยละ 2.60 ได้รับจากบุตรหลาน จำนวน 56 คน ร้อยละ 24.50 เงินบำนาญ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 5.20 ได้รับการอุดหนุนจากเครือญาติ จำนวน 6 คน ร้อยละ 2.60 ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท/เดือน จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 42.40 มีรายได้ระหว่าง 5,000-10,000 บาท/เดือน จำนวน 89 คน ร้อยละ 38.90 มีรายได้ระหว่าง 10,001-15,000 บาท/เดือน จำนวน 31 คน ร้อยละ มีรายได้ 15,001-20,000 บาท/เดือน จำนวน 2 คน ร้อยละ 0.90 และมีรายได้มากกว่า 20,000 บาทขึ้นไป จำนวน 10 คน ร้อยละ 4.40

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ ตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่า การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.04$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมสุขภาวะด้านสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.46$) ขณะที่การเสริมสร้างสุขภาวะทางกายอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.16$) และด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.20$) แต่ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.35$)

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะสำหรับการเสริมสร้างสุขภาวะให้กับผู้สูงอายุ ตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น พบว่า

1. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย จะต้องให้ความสำคัญกับปัจจัยที่ส่งผลเกี่ยวข้องกับ การเจ็บป่วยทางร่างกายและการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ซึ่งหน่วยงานที่เข้ามา มีบทบาทในการทำงานด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย คือ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด โรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลชุมชน สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

ตำบล พร้อมทั้งทีมสหวิชาชีพ ลงพื้นที่อำนวยความสะดวกตรวจสอบสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่ดี ให้คำแนะนำในการดูแลรักษาสุขภาพ ให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิในการเข้ารับการรักษาเมื่อมีความเจ็บป่วยและลดความหนาแน่นของผู้ป่วยที่เดินทางไปใช้บริการที่โรงพยาบาลประจำอำเภอและประจำจังหวัด

2. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิต ต้องให้ความสำคัญกับปัจจัยที่ส่งผลเกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางจิตและการมีสมาธิในการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน หน่วยงานที่เข้ามามีบทบาทในการทำงานด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิต คือ กรมสุขภาพจิต โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์ดูแลเป็นหลัก และทีมสหวิชาชีพจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยจัดในรูปแบบของโครงการการให้ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการดูแลตัวเองให้มีสุขภาพจิตที่ดี การจัดการกับความเครียดของตนเอง และการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสมให้กับผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์และพื้นที่ใกล้เคียง

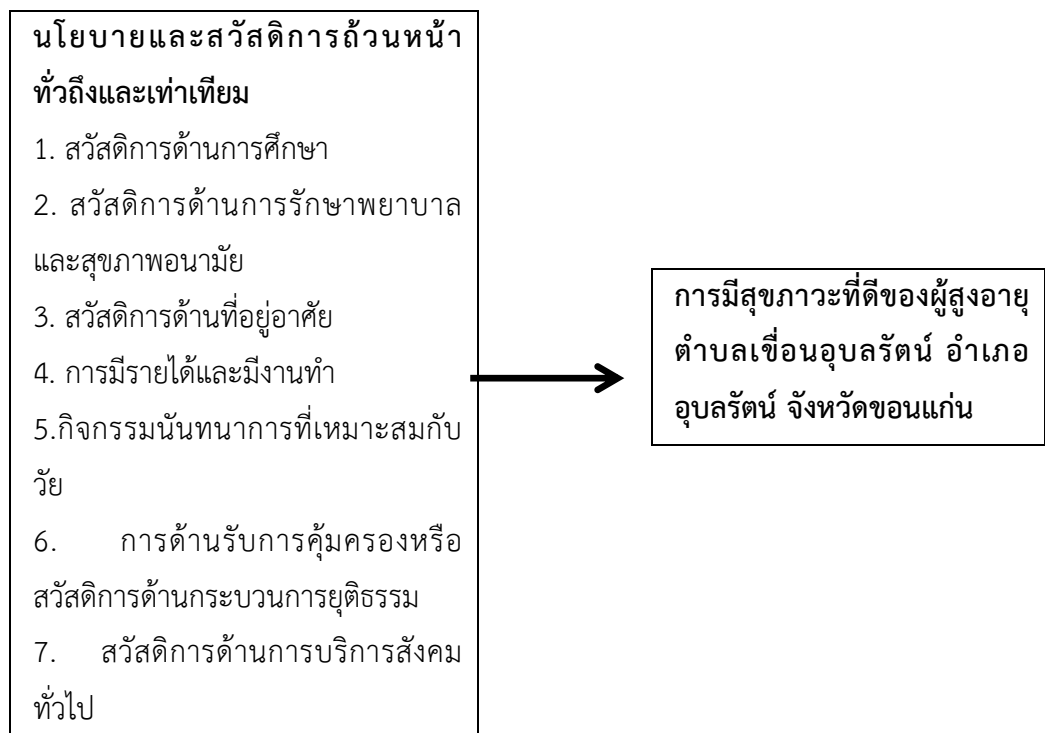
3. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม ปัจจัยที่ส่งผลเกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม ในส่วนนี้ผู้ที่มีบทบาทในการทำงานด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม คือ นักสังคมสงเคราะห์ ดูแลเป็นหลัก ซึ่งในท้องถิ่นมีหน่วยงานราชการที่มีนักสังคมสงเคราะห์ปฏิบัติการในหน่วยงานนิคมสร้างตนเองเขื่อนอุบลรัตน์ ศูนย์พัฒนาศักยภาพและอาชีพคนพิการ และสถานคุ้มครองสวัสดิภาพเด็กภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดขอนแก่น ภายใต้กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุ เพื่อพูดคุย ทบทวน ประเด็นต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมในเชิงบวก

4. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา สิ่งที่ควรปรับปรุง คือปัจจัยที่ส่งผลเกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา ที่มีกระบวนการคิดในการแก้ไขปัญหาเป็นขั้นตอนและรอบคอบ หน่วยงานที่เข้ามามีบทบาทในการทำงานด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข คือ จิตแพทย์ นักจิตวิทยา ได้เข้ามามีบทบาทในการประเมินระดับเขาวัวปัญญา ประเมินความฉลาดทางด้านปัญญา (IQ) เพื่อพัฒนาทางด้านสติปัญญา กระบวนการคิด วิเคราะห์ และทัศนคติของผู้สูงอายุ และเพื่อป้องกันการชะลอสมรรถภาพเสื่อมสำหรับผู้สูงอายุ

องค์ความรู้จากการวิจัย

การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยทุกช่วงวัย นโยบายและสวัสดิการแห่งรัฐที่ได้กำหนด องค์ประกอบของสวัสดิการสังคมมี 7 มิติ ถัดหน้า หัวถึงและเท่าเทียม คือ (1) สวัสดิการด้านการศึกษา คือการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ ทักษะ ตลอดจนการปลูกฝังค่านิยมที่ดีเพื่อนำไปสู่การดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ (2) สวัสดิการด้านสุขภาพอนามัย คือการ

ป้องกันโรค การรักษาพยาบาล การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย จิตใจ ของผู้สูงอายุ (3) สวัสดิการด้านที่อยู่อาศัย หมายถึง การจัดสรรให้ผู้สูงอายุที่มีฐานะพอสมควรตามอัตภาพเพื่อช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น (4) การมีรายได้และการมีงานทำ คือการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีงานทำ อย่างน้อยเพื่อให้มีรายได้เพียงพอแก่การดำรงชีพ (5) สวัสดิการด้านนันทนาการ คือการจัดกิจกรรมเพื่อความบันเทิงและการพักผ่อนหย่อนใจสำหรับผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ (6) สวัสดิการด้านกระบวนการยุติธรรม คือการที่ผู้สูงอายุได้รับการคุ้มครองตามกฎหมายอย่างเป็นธรรม สามารถเข้าถึงบริการที่รัฐจัดให้ และได้รับความช่วยเหลือทางด้านกฎหมาย (7) สวัสดิการด้านการบริการสังคมทั่วไปหมายถึง การให้บริการแก่ผู้สูงอายุโดยเฉพาะผู้ยากจนเพื่อช่วยสร้างเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ช่วยพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขตามควรแก่อัตภาพ นักสังคมสงเคราะห์เข้ามามีบทบาทในการป้องกัน แก้ไข พัฒนา พื้นฟู คุ้มครอง และพิทักษ์สิทธิ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี เป็นพลังขับเคลื่อนทางสังคม พัฒนาศักยภาพและเตรียมความพร้อมรองรับสังคมสูงอายุให้เข้าถึงระบบสวัสดิการสังคมอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม



ภาพประกอบที่ 1: องค์กรความรู้จากการวิจัย

อภิปรายผล

จากผลการศึกษา การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น มีประเด็นสำคัญที่นำมาอภิปราย ดังนี้

1. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น มีทัศนคติและวิธีการดูแลสุขภาพที่ดี มีกิจกรรมและได้ทำงานในแต่ละวัน จึงทำให้รู้สึกพอใจกับสุขภาพของท่านในขณะนี้ รู้สึกพอใจกับความสามารถในการทำงานได้อย่างที่เคยทำ การเจ็บปวดตามร่างกายก็มีบ้างแต่ก็ยังสมารถที่จะเดินทางไปในสถานที่ต่างๆ ด้วยตนเองได้สะดวก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Suwanno (2017) เรื่องการศึกษาสุขภาวะของผู้สูงอายุในเขตชุมชนทำอิฐ วัดแสงสิริธรรม ตำบลท่าอิฐ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ผลวิจัยพบว่าด้านสุขภาวะทางกายอยู่ในระดับมาก ผู้สูงอายุท่านรู้สึกพอใจกับความสามารถในการทำงานได้อย่างที่เคยทำ ท่านรู้สึกพอใจกับสุขภาพของท่านในขณะนี้และท่านมีกำลังเพียงพอที่จะดำเนินชีวิตในแต่ละวัน สามารถเดินทางไปในสถานที่ต่างๆ ด้วยตนเองได้สะดวก และการเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้องถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาที่สามารถอดทนและรักษาให้หายได้

2. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุในเขตตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น มีวิธีการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม รู้สึกพึงพอใจในชีวิต เช่น มีความสุข ความสงบมีสมาธิในการทำกิจกรรมต่างๆ เสมอ พอใจต่อความเป็นอยู่ในชีวิต ใช้หลักธรรมในพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต คิดในแง่บวก คิดว่าชีวิตมีความหวังอยู่เสมอซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Wongpraparatana, (2011) เรื่องการศึกษาระบบเสริมสร้างสุขภาวะสู่แนวทางการพัฒนาของกลุ่มผู้สูงอายุ บ้านสันทรายหลวง อ.สันทราย จ.เชียงใหม่ ผลวิจัยพบว่าด้านสุขภาวะทางจิตอยู่ในระดับมาก ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างรู้สึกพึงพอใจในชีวิต เช่น มีความสุข ความสงบและท่านใช้หลักธรรมในพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต เช่น มีการทำสมาธิ การทำกิจกรรมต่างร่วมกับชุมชนเสมอ รู้สึกพอใจต่อความเป็นอยู่ในชีวิตและคิดว่าชีวิตมีความหวังอยู่เสมอ

3. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้สูงอายุตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น ผู้สูงอายุและคนในชุมชนมีการปฏิสัมพันธ์ มิตรไมตรีต่อกันเป็นอย่างดี ผู้สูงอายุมีบทบาทในการให้คำปรึกษากับคนในชุมชน มีการให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุเวลาได้รับความลำบากและการไปติดต่องานในเขตพื้นที่ ซึ่งสอดคล้องกับศึกษาของ Prasunil & Muangkasem (2017) เรื่องแกนนำการพัฒนาสุขภาวะของ

ผู้สูงอายุชุมชนตำบลดงมะตะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย ผลวิจัยพบว่าด้านสุขภาวะทางสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด เช่น ผู้สูงอายุในชุมชนได้มีบทบาทสำคัญในการให้คำปรึกษาแก่คนในชุมชน ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกถึงการมีบทบาทในชุมชน และได้รับการช่วยเหลือจากคนในชุมชนและแบ่งปันสิ่งของหรือความรู้ที่ได้รับให้แก่ผู้อื่นเสมอ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าชีวิตในแต่ละวันมีความมั่นคง

4. ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุในเขตตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น มีการก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ร่างกายถดถอย เสื่อมลง ซึ่งส่งผลกระทบต่อกระบวนการคิดในการแก้ไขปัญหาเป็นขั้นตอนและรอบคอบ และแก้ไขปัญหาในการปฏิบัติหน้าที่โดยใช้ความรู้เท่าทัน จึงมีความจำเป็นในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความเหมาะสมกับวัยโดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องของสิทธิและสวัสดิการที่พึงได้รับจากภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการเข้าไปขอรับสิทธิ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Laping (2018) เรื่องการพัฒนาสุขภาวะทางสังคมที่ดีของผู้สูงอายุในภาคเหนือ ผลวิจัยพบว่า ด้านสุขภาวะทางปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง ผู้สูงอายุมีความต้องการคุณภาพชีวิตที่มีความเหมาะสมกับวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการช่วยอธิบายเกี่ยวกับสิทธิและสวัสดิการที่พึงได้รับจากทางภาครัฐ

สรุป

การส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุมีการพัฒนาการมาอย่างต่อเนื่อง และมีการบูรณาการในหลายภาคส่วนไม่ว่าจะเป็นภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน ทั้งนี้เพื่อรองรับจำนวนผู้สูงอายุที่จะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในขณะเดียวกัน ภาครัฐจะต้องมีการปรับเปลี่ยนนโยบายจากเชิงรับมาเป็นเชิงรุก เช่น การสร้างความตระหนักให้คนในชาติเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุว่าเป็นบุคคลที่ทรงคุณค่าต่อสังคม มิใช่ภาระของสังคม การถ่ายโอนงานด้านสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอย่างแท้จริงทั้งงบประมาณและบุคลากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ เพราะท้องถิ่นจะมีความเข้าใจบริบทของผู้สูงอายุของตนเองได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้รัฐควรส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมหรือโครงการที่เป็นการช่วยเหลือผู้สูงอายุของภาคประชาชน/ชุมชนในการจัดสวัสดิการสังคมให้กับผู้สูงอายุในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งจะต้องสอดคล้องกับประเพณี วัฒนธรรม และความเชื่อของแต่ละท้องถิ่นด้วย เช่น ด้านสุขภาพอนามัยให้การรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าแก่ผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้หรือมีรายได้น้อย ในสถานพยาบาลของรัฐ และให้ค่าตอบแทนพิเศษและสวัสดิการแก่บุคลากรที่เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุ การนันทนาการและการพักผ่อนหย่อนใจ จัดบริเวณและอุปกรณ์ที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกาย และการพักผ่อนหย่อนใจสำหรับผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์ การบันเทิง และการพักผ่อน หย่อนใจ และ

หน่วยงานของรัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีหลักฐานเพื่อสามารถรับสิทธิประโยชน์ และสวัสดิการทางสังคม

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุในตำบลเขื่อนอุบลรัตน์ อำเภอเขื่อนอุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น คณะผู้วิจัยได้มีข้อเสนอแนะในการนำประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการในรูปแบบของสหวิชาชีพเพราะในการที่เสริมสร้างหรือการสร้างสุขภาพให้กับผู้สูงอายุจะต้องอาศัยความร่วมมือตั้งแต่ระดับบุคคล กลุ่ม ชุมชน หน่วยงานที่มีความเกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุ

1. **ด้านสุขภาพอนามัยทางกายและทางจิต** ผู้สูงอายุได้รับการจัดช่องทางพิเศษเฉพาะ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการบริการที่สะดวก รวดเร็วโดยเน้นการพัฒนาาระบบบริการผู้สูงอายุและผู้พิการที่มีคุณภาพในสถานบริการของรัฐ เช่น คลินิกผู้สูงอายุ คุณภาพ การพัฒนาศักยภาพบุคลากรและการพัฒนาระบบบริการ Home Health Care คุณภาพจากสถานบริการสู่อุปกรณ์ชุมชน การรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าแก่ผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้หรือมีรายได้น้อยในสถานพยาบาลของรัฐ และให้ค่าตอบแทนพิเศษและสวัสดิการแก่บุคลากรที่เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุ

2. **ด้านการให้คำปรึกษา** ผู้สูงอายุได้รับการให้คำแนะนำ บริการ และให้ความช่วยเหลือประกาศกระทรวงการพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์ เรื่อง กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนการช่วยเหลือผู้สูงอายุซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกทารุณกรรม หรือถูกแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมาย หรือถูกทอดทิ้ง และการให้คำแนะนำ บริการ ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางการแก้ไขปัญหาครอบครัวหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุรูปแบบการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น การออกตรวจเยี่ยมผู้สูงอายุภายในชุมชน ให้ผู้สูงอายุเข้ามามีบทบาทในการดำเนินการกิจกรรมของชุมชน เป็นต้น

3. **ด้านการศึกษา** หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุในรูปแบบโรงเรียนผู้สูงอายุหรือศูนย์การเรียนรู้ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุได้รับข้อมูล คำปรึกษา ข่าวสารตลาดแรงงาน การจัดหางาน รับสมัครงาน บริการข้อมูลทางอาชีพ ตำแหน่งว่างงาน การอบรม และฝึกอาชีพ โดยมีศูนย์การข้อมูลทางอาชีพทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น วิทยาลัยเทคนิค วิทยาลัยอาชีวศึกษา โรงเรียนฝึกอาชีพ ควรจัดอบรมและให้ความรู้กับผู้สูงอายุ ในรูปแบบการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีอาชีพและรายได้ที่มั่นคง

4. **ด้านคุณค่าและศักดิ์ศรี** การส่งเสริมชุมชนท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุ และการปรับสภาพแวดล้อมในชุมชนให้เอื้อต่อผู้สูงอายุเป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตของ

วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน 2565)

ผู้สูงอายุให้ดำรงอยู่ในสังคมอย่างมีศักดิ์ศรีและมีคุณค่า ส่งเสริมรูปแบบกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุให้
ได้มีส่วนร่วมในเทศกาลสำคัญตามประเพณีไทย เช่น ชมรมกลองยาวผู้สูงอายุ เป็นต้น เพื่อให้ผู้สูงอายุ
ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนยิ่งขึ้น

References

- Foundation Research and Elderly Development of Thailand. (2563). *Elderly Statistic of Thailand in 77 Provinces*. Retrieved January 10, 2021, from http://www.dop.go.th/download/knowledge/th1533055363-125_1.pdf.
- Kanchanan,R. (2019). *Elderly Society and Socio-Economical Development*. Bangkok: Academic Center, House of Representatives' Secretary Office.
- Kheanubolratana Sub-district Administrative Organization.(2020). *Khueanubonratana Sub-district Information*, Ubonratana District, Khonkaen Province. Retrieved March 14, 2021, from [http:// www.khueanubolratana.go.th](http://www.khueanubolratana.go.th).
- KhonKaen Elderly Social Welfare Development Center.(2021). *Role and Mission in Social Welfare and Social Support for The Elders*. Retrieved March 14, 2021, from <http://www.dop.go.th/th/aboutus/6>.
- Laping, U. (2018). *The Study of Social Well-Being of The Elders in The North*. (Research Report). Yanasangvorn Research Institute. Mahamakut Buddhist University. Nakhon Pathom Province.
- National Statistical Office of Thailand. (2020). *Population and House Classified by Age in December*. Retrieved February 27, 2021, from http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age.php.
- Prasunil, J & Muangkasem, B. (2017). *The Leader of Elderly Social Well-Being Dong Ma Da Sub-district, Mae Lao District, Chaing Rai Province*.
- Prompak, C. (2013). *Thailand Ageing Society*. Research and Information Division. Bangkok: Academic Center, Senate's Office Secretary, p.17.
- Suwanno, P. (2017). *The Study of Elderly Social Well-Being in Tham-it Community, Wat Saeng Siritham, Thambol Tha-it, Pakkret District, Nonburi Province*.

วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน 2565)

MasterDegree in BuddhismDissertation. Mahachulalongkornrajavidyala University. Ayutthaya Province.

United Nation. (2015). *World populations ageing 2015*. Retrieved July 22, 2020, from https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2015_Report.pdf.

Wongpraparatana, Y. (2011). *The Study of Social Well-Being System To Elderly Group Development Guideline, Ban San Sai Laung, San Sai District, Chaing Mai Province. Research Report*. Faculty of Management Science. Chaing Mai Rajabhat University. Chaing Mai Province.

Yamane, T. (1967). *Statistics: An Introductory Analysis, 2nd Edition*. New York: Harper and Row. Retrieved July 22, 2020, from <http://www.sciepub.com/reference/180098>.