

# คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านสายลำโพงเหนือ หมู่ 6

## ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์

Quality of life of the elderly in Ban Sai Phrang Nuea community, Moo 6,

Sai Phang Nuea Subdistrict, Tha Tako District, Nakhon Sawan Province

จอมภพ บุญทิพย์จำปา, พิษณุพงษ์ แก้ววิเชียร, นราธร ศรีคำขลิบ, อណาคิน สนั่นใจ,

ณัฐพงษ์ จันทรรตรี และอุทัยวรรณ ภูเทศ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ ต.นครสวรรค์ตก อ.เมือง จ.นครสวรรค์ 60000

\*E-mail: boy14150boy@gmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัย เรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ 2) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตแต่ละด้านของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ ผู้ศึกษาได้เลือกกลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษา ซึ่งเป็นผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 308 คน แล้วใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย โดยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการประมวลผลค่าทางสถิติพื้นฐานด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ ดังนี้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นด้านคุณภาพชีวิต

ผลการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุโดยภาพรวม ส่วนมากเป็นเพศหญิง 184 คน และมีอายุระหว่าง 60 – 69 มีระดับการศึกษา ประถมศึกษา มีอาชีพ เกษตรกร มีสถานภาพ สมรสอยู่ด้วยกัน เป็นส่วนใหญ่ และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับค่อนข้างดี เมื่อจำแนกตามหลายด้าน ได้ดังนี้ ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในอันดับ 1 ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในอันดับ 2 ด้านจิตใจ อยู่ในอันดับ 3 ด้านร่างกาย อยู่ในอันดับ 4 เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตแต่ละด้านของผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม ผู้สูงอายุควรได้อยู่อาศัยในบ้านตนเองอย่างอิสระมากที่สุด การสร้างที่อยู่อาศัยเหมาะสมกับสภาพและมีเครื่องอำนวยความสะดวกให้พอเพียง
2. ด้านครอบครัว ควรสนับสนุนส่งเสริมให้ครอบครัวได้มีบทบาทในการดูแลผู้สูงอายุ

3. ด้านการศึกษา ควรจัดให้มีโครงการศึกษาที่ให้ผู้สูงอายุเป็นครูหรือเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ต่าง ๆ  
วัฒนธรรม ประเพณี ศีลธรรม

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิต , ผู้สูงอายุ

3. In terms of education, there should be an educational program that allows the elderly to be teachers or to convey knowledge of various cultures, traditions, morals.

Keywords: quality of life, elderly

### **Abstract**

Research on the quality of life of the elderly in the community, Moo 6, Sai Phang Nuea Subdistrict, Tha Tako District, Nakhon Sawan Province. It is a quantitative research study. Objective 1) To study the quality of life of the elderly in the community in Moo 6, Sai Phang Nuea Sub-district, Tha Tako District, Nakhon Sawan Province 2) to study the guidelines for the development of each aspect of the quality of life of the elderly in the community of Moo 6, Sai Phang Nuea Subdistrict, Tha Tako District, Nakhon Sawan Province. The study selected the population for the study. The elderly in the community, Moo 6, Sai Phang Nuea Subdistrict, Tha Tako District, Nakhon Sawan Province, amounted to 308 people. The data were analyzed by computer based statistical processing methods as follows: percentage, mean, standard deviation. And opinion level on quality of life

The results of the study showed that the elderly as a whole Most of them were 184 females and aged between 60 and 69, had primary education, occupation of farmers, had mostly marital status, and the quality of life of the elderly was at a relatively good level. When classified by several aspects as follows In terms of environment, it was ranked number 1 in social relations, mind was ranked number 3, physical was ranked 4, to study guidelines for the development of quality of life in each area of the elderly as follows:

1. Habitat and environment The elderly should be able to live in their own home as freely as possible. To create suitable housing and adequate facilities.

2. The family should support and encourage families to play a role in caring for the elderly.

3. In terms of education, there should be an educational program that allows the elderly to be teachers or to convey knowledge of various cultures, traditions, morals.

Keywords: quality of life, elderly

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

แนวโน้มประชากรผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุระบบการทำงานของร่างกายจะเสื่อมประสิทธิภาพลงตามวัยที่เพิ่มขึ้น เนื่องจากสมรรถภาพทางร่างกายเสื่อมถอยลง ไม่สามารถทำงานได้ดังเดิม รายได้ลดลง ปัญหาด้านครอบครัวและปัญหาด้านการพัฒนาสังคม

หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมและให้ความสำคัญต่อความต้องการและการสนับสนุนแก่ผู้สูงอายุในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการดำรงชีวิตประจำวัน การส่งเสริมสุขภาพ จิตใจ สังคม รายได้ การทำงาน ที่อยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัวและชุมชน

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุในชุมชนบ้านสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุระบบการทำงานของร่างกายจะเสื่อมประสิทธิภาพลงตามวัยที่เพิ่มขึ้น รองลงมาคือ ปัญหาด้านสังคมและเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่พ้นจากวัยทำงานสู่วัยเกษียณอายุ เนื่องจากสมรรถภาพทางร่างกายเสื่อมถอยลง ไม่สามารถทำงานได้ดังเดิม รายได้ลดลง ส่งผลต่อฐานะทางการเงินของผู้สูงอายุโดยส่วนใหญ่เป็นปัญหาความต้องการทางสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความต้องการมีความรู้สึกรู้ว่า ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มหรือสังคม ความต้องการการยอมรับและความเชื่อถือจากบุคคลในสังคม ความต้องการมีสัมพันธ์ภาพกับคนอื่น ๆ ปัญหาด้านครอบครัวและปัญหาด้านการพัฒนาสังคม

จากสิ่งที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษา คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ ในประเด็นด้านร่างกาย ด้านสภาพจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและเป็นการช่วยหาแนวทางยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ ให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์

2. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตแต่ละด้านของผู้สูงอายุในชุมชนสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์

## ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในชุมชนสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ในชุมชนสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 1,346 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ผู้สูงอายุในชุมชนสายลำโพงเหนือ หมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ โดยใช้สูตรคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง Yamane (1967) ได้จำนวนทั้งสิ้นจำนวน 308 คน และใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ดังนี้

ขนาดกลุ่มตัวอย่างใช้วิธี ยามาเน่ ในการรวบรวมข้อมูล โดยใช้สูตร

$N$  = จำนวนประชากร

$n$  = กลุ่มตัวอย่าง

$e$  = 0.05

$$\text{สูตร} = n \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$\begin{aligned} \text{แทนค่ากลุ่มตัวอย่าง } n &= \frac{1,346}{1 + 1,346(0.05)^2} \\ &= 308 \text{ คน} \end{aligned}$$

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ อายุการศึกษา อาชีพ และสถานภาพสมรส

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับระดับความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จำแนกเป็น 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้

1. คัดเลือกผู้ช่วยเก็บข้อมูล จำนวน 4 คน
2. ฝึกเทคนิคการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุและชี้แจงการเก็บข้อมูลแก่ผู้ช่วยเก็บข้อมูลและทดสอบทำความเข้าใจให้ตรงกัน
3. ดำเนินการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง ในวันที่ชุมชนหมู่ 6 มีกิจกรรมผู้สูงอายุ
4. จากการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้แจกแบบสอบถามไปจำนวน 308 ชุด โดยมีแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนมาและมีความสมบูรณ์ จำนวน 308 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100
5. ตรวจสอบความถูกต้อง ความครบถ้วนของแบบสอบถาม และนำไปทำการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ จะวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ เพื่องานวิจัยทางสังคมศาสตร์ ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ความถี่ (Frequency) และ ค่าร้อยละ (Percentage) ในการอธิบายลักษณะของปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลโดยเสนอตาราง ประกอบการบรรยาย
2. วิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยใช้การหาค่าความถี่ (Frequency) และ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และอันดับ ในการอธิบายลักษณะของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเสนอตารางประกอบการบรรยาย
3. กำหนดเกณฑ์การแปลผลค่าเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของตัวแปรต่าง ๆ ที่มีต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแบ่งออกเป็น 4 ระดับ 1. มีระดับคุณภาพชีวิตที่ดี 2. มีระดับคุณภาพชีวิตที่ค่อนข้างดี 3. มีระดับคุณภาพชีวิตที่ค่อนข้างไม่ดี 4. มีระดับคุณภาพชีวิตที่ไม่ดีเลย โดยใช้ค่าทางสถิติ คะแนนเฉลี่ยเลขคณิต (Arithmetic mean) กำหนดช่วยการวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) (ลือชัย วงษ์ทอง, 2555, หน้า 91)

## ผลการวิจัย

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอนาทะโก จังหวัดนครสวรรค์ เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีอายุระหว่าง 60-69 ปี มีมากที่สุด ส่วนอายุ 80 ปีขึ้นไป มีน้อยที่สุด ระดับการศึกษาประถมศึกษา มีมากที่สุด ส่วนระดับการศึกษาปริญญาตรี มีน้อยที่สุด ในขณะที่มีอาชีพเกษตรกรรมมากที่สุด ส่วนอาชีพข้าราชการบำนาญมีน้อยที่สุด และมีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกันมากที่สุด ส่วนสถานภาพสมรสแยกกันอยู่น้อยที่สุด

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอนาทะโก จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี เมื่อจำแนกเป็นรายด้านได้ ดังนี้

ด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านสิ่งแวดล้อมมีคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับค่อนข้างดีอยู่ในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับ 1

ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านความสัมพันธ์ ทางสังคม มีคุณภาพชีวิตในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับ 2

ด้านจิตใจ พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านจิตใจมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับ 3

ด้านร่างกาย พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านร่างกายมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับ 4

ผลการศึกษา ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอนาทะโก จังหวัดนครสวรรค์ ด้านร่างกาย พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในด้านร่างกาย มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี เมื่อจำแนกเป็นรายด้านได้ ดังนี้

รู้สึกสุขภาพร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรงดี พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่รู้สึกสุขภาพ ร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรงดี อยู่ในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับที่ 1

ความสามารถทางด้านร่างกายในการประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ พบว่า ผู้สูงอายุ มีคุณภาพชีวิตความสามารถทางด้านร่างกายในการประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ อยู่ในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับที่ 1

พลังกำลังและเรียวแรงที่มีอยู่สามารถช่วยให้ลุกเดินหรือเคลื่อนไหวร่างกายได้ดี พบว่า ผู้สูงอายุ มีคุณภาพชีวิตพลังกำลังและเรียวแรงที่มีอยู่สามารถช่วยให้ลุกเดินหรือเคลื่อนไหวร่างกายได้ดีอยู่ในระดับ ค่อนข้างดี เป็นอันดับที่ 2

รู้สึกเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตรู้สึกเป็นอิสระที่ไม่ต้อง พึ่งพาผู้อื่น อยู่ในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับที่ 2

ผลการศึกษา ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอนาทวี จังหวัดนครสวรรค์ ด้านจิตใจ พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านจิตใจมีคุณภาพ ชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี เมื่อจำแนกเป็นรายด้านได้ ดังนี้

มีความรู้สึกมั่นใจใจตนเอง พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตมีความรู้สึกมั่นใจใจตนเอง อยู่ในระดับ ค่อนข้างไม่ดี เป็นอันดับที่ 1

การรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงสภาพลักษณะของตนเอง พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตการรับรู้ถึง การเปลี่ยนแปลงสภาพลักษณะของตนเอง อยู่ในระดับค่อนข้างดี เป็นอันดับที่ 2

ความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตด้านร่างกายและจิตใจในการดำเนินชีวิต พบว่า ผู้สูงอายุ มี คุณภาพชีวิตความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตด้านร่างกายและจิตใจในการดำเนินชีวิต อยู่ในระดับดี เป็นอันดับที่ 2

ผลการศึกษา ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอนาทวี จังหวัดนครสวรรค์ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้าน ความสัมพันธ์ทางสังคม มีคุณภาพชีวิตในระดับค่อนข้างดี เมื่อจำแนกเป็นรายด้านได้ ดังนี้

บุคคลภายในชุมชนมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่บุคคลภายใน ชุมชนมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน อยู่ในระดับดี เป็นอันดับที่ 1

เข้าไปมีส่วนร่วมในงานประเพณีและงานเทศกาลประจำปีต่าง ๆ ภายในชุมชน พบว่า ผู้สูงอายุ มีคุณภาพชีวิตได้เข้าไปมีส่วนร่วมในงานประเพณีและงานเทศกาลประจำปีต่าง ๆ ภายในชุมชน อยู่ใน ระดับดี เป็นอันดับที่ 2

ผลการศึกษา ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอนาทวี จังหวัดนครสวรรค์ ด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านสิ่งแวดล้อม มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับค่อนข้างดี เมื่อจำแนกเป็นรายด้านได้ ดังนี้

สามารถใช้ประโยชน์และเข้าถึงระบบสาธารณูปโภค เช่น ไฟฟ้า ประปา ถนน ในชุมชน พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตสามารถใช้ประโยชน์และเข้าถึงระบบสาธารณูปโภค เช่น ไฟฟ้า ประปา ถนน ในชุมชน อยู่ในระดับดี เป็นอันดับที่ 1

สภาพบ้าน มีอากาศถ่ายเท มีแสงสว่างเพียงพอ สะดวก มีความเป็นส่วนตัวดี พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตสภาพบ้าน มีอากาศถ่ายเท มีแสงสว่างเพียงพอและสะดวก มีความเป็นส่วนตัว อยู่ในระดับดี เป็นอันดับที่ 2

บ้านมีความมั่นคงและชุมชนมีความปลอดภัย เช่น ปราศจากโจรผู้ร้าย พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตบ้านมีความมั่นคงและชุมชนมีความปลอดภัย เช่น ปราศจากโจรผู้ร้าย อยู่ในระดับดี เป็นอันดับที่ 2

บ้านมีส่วนร่วมที่ถูกละเลยลักษณะ พบว่า ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตบ้านมีส่วนร่วมที่ถูกละเลยลักษณะ อยู่ในระดับดี เป็นอันดับที่ 2

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตแต่ละด้านของผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม ผู้สูงอายุควรได้อยู่อาศัยในบ้านตนเองอย่างอิสระมากที่สุด การสร้างที่อยู่อาศัยเหมาะสมกับสภาพและมีเครื่องอำนวยความสะดวกให้พอเพียง
2. ด้านครอบครัว ควรสนับสนุนส่งเสริมให้ครอบครัวได้มีบทบาทในการดูแลผู้สูงอายุ
3. ด้านการศึกษา ควรจัดให้มีโครงการศึกษาที่ให้ผู้สูงอายุเป็นครูหรือเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ต่าง ๆ วัฒนธรรม ประเพณี ศีลธรรม

### อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษา คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 6 ตำบลสายลำโพงเหนือ อำเภอนาทะโก จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับค่อนข้างดี จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในสภาพบ้านที่ถูกละเลยลักษณะและชุมชนที่อยู่อาศัยสภาพแวดล้อมที่ดีรวมถึงมีร่างกายที่สุขภาพร่างกายแข็งแรงดี และพบอีกว่าผู้สูงอายุยังไม่ให้ ความสนใจในเรื่องของการพัฒนา ด้านจิตใจของตนเอง เนื่องจากมีความเสื่อมถอยของร่างกาย ที่ทรุดโทรมลงตามธรรมชาติและเกิดจากความอ่อนแอของร่างกาย รวมถึงการรู้สึกที่ตนเองไร้ค่าของผู้สูงอายุด้วย การศึกษาธรรมและปฏิบัติ ธรรมเพื่อให้เกิดการเพิ่มพูนข้อมูลด้านสติปัญญาทางธรรมในความจำและใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน จะส่งเสริมสุขภาพจิตให้มีความเข้มแข็งและอดทนต่อความยากลำบากต่างๆ ซึ่งสอดคล้องผลการศึกษา ของวีระพงษ์พรายภิรมณ์ (2557, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตของประชาชนในตำบลสวนส้ม



อำเภอบ้านแพ้วจังหวัดสมุทรสาครพบว่าระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนในตำบลสวนส้มอำเภอบ้านแพ้ว  
จังหวัดสมุทรสาครโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างดี

## อ้างอิง

เกษม ต้นติผลาชีวะ และกุลยา ต้นติผลาชีวะ. (2528). การรักษาสุขภาพในวัยผู้สูงอายุ.

กรุงเทพฯ : อรุณการพิมพ์.

\_\_\_\_\_. (2524). การพยาบาลผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : เจริญกิจ.

ลือชัย วงษ์ทอง. (2555). เอกสารประกอบการสอนวิชาการระเบียบวิธีวิจัยทางรัฐประศาสนศาสตร์.

ชลบุรี : วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา.

วีระพงษ์ พรายภิรมณ์. (2557). คุณภาพชีวิตของประชาชนในตำบลสวนส้ม อำเภอบ้านแพ้ว

ปัญหาพิเศษรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารทั่วไป, วิทยาลัย

การบริหารรัฐกิจ, มหาวิทยาลัยบูรพา.