



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7
วันที่ 1 สิงหาคม 2567

การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
A RESEARCH SYNTHESIS QUALITY LIFE OF THE ELDER

ปณิดา ลิ้มวชิรโชติ¹, ธนาสิทธิ์ เพิ่มเพ็ญ², นิธิภัทร กมลสุข³, มณัสศิริ นุตยกุล⁴

Panatida Limvachirachot¹, Thanasit Phoemphain², Nitipat Kamolsuk³, Manassiri Nuttayakul⁴

L.Panatida@gmail.com¹, Thanasitpho@pim.ac.th²

Nitipatkam@pim.ac.th³, manassirinut@pim.ac.th⁴

¹นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารคนและกลยุทธ์องค์การ
(People Management and Organization Strategy)

^{1,2}คณะวิทยาการจัดการ สถาบันการจัดการปัญญาภิวัฒน์

^{1,2}Faculty of Management Science, Panyapiwat Institute of Management

³สำนักการศึกษาทั่วไป สถาบันการจัดการปัญญาภิวัฒน์

³The Office of General Education, Panyapiwat Institute of Management

⁴ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักบริหารกลยุทธ์และนวัตกรรม

⁴The office of strategic management and innovation

บทคัดย่อ

การสังเคราะห์งานวิจัยฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อรวบรวมและประมวลผลงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 2) เพื่อสังเคราะห์งานวิจัยที่ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประชากรที่ใช้ในการสังเคราะห์วิจัย คือ วิทยานิพนธ์ หรือปริญญานิพนธ์ รายงานการวิจัย ที่มีประเด็นศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแง่มุมต่างๆ ที่ตีพิมพ์ระหว่างพ.ศ. 2561-2566 ที่สามารถสืบค้นได้จากฐานข้อมูลออนไลน์ ได้แก่ โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย หรือ Thai Digital Collection (ThaiLis) สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) หรือ Digital Research Information Center และฐานข้อมูลงานวิจัยจากสถาบันต่างๆ และสามารถดาวน์โหลดเอกสารฉบับสมบูรณ์ได้ (Full-text) ซึ่งการสืบค้นข้อมูลและคัดเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนดพบว่า มีกลุ่มตัวอย่างงานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์จำนวนทั้งหมด 72 เล่ม สถิติที่ใช้ คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษา พบว่า งานวิจัยร้อยละ 41.7 จะให้ความสนใจเกี่ยวกับการศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสร้างแนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล (เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ และที่อยู่อาศัย) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ปัจจัยด้าน



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7

วันที่ 1 สิงหาคม 2567

พฤติกรรม การมีส่วนร่วมทางสังคม ด้านสวัสดิการทางสังคม นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจส่งผลในอนาคต เช่น การใช้เทคโนโลยีในการดูแลอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ การใช้โซเชียลมีเดียของผู้สูงอายุ การจ้างงานของผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุมีรายได้สามารถเลี้ยงชีพได้ด้วยตนเอง หรือทัศนคติความคิดของผู้สูงอายุที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น ทัศนคติของผู้สูงอายุที่มีผลต่อบ้านพักคนชรา และมีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยการเริ่มจากตนเอง หรือคนในครอบครัว 1) การดูแลตนเอง สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง การบริโภคอาหารครบ 5 หมู่ อาหารที่มีประโยชน์เหมาะสมกับผู้สูงอายุ 2) การได้รับความรักจากครอบครัวหรือญาติ ทำให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกเหงา หรือโดดเดี่ยว หรือรู้สึกว่าเป็นภาระของคนในครอบครัว การได้รับการเยี่ยมเยียนจากลูกหลาน 3) การสร้างสภาพแวดล้อมที่สะดวกและเหมาะสมต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เช่น พื้นต่างระดับ มีราวทางเดินพร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ 4) การพาผู้สูงอายุไปทำกิจกรรมร่วม เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันภายในครอบครัว

คำสำคัญ

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ, ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ, แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research synthesis were : 1) to collect and process research that studies the quality of life of the elderly and 2) to synthesize research that studies the quality of life of the elderly. The population used in research synthesis is theses or dissertations. Research report There is a study on the quality of life of the elderly in various aspects. Published between C.E. 2018-2023 that can be searched from online databases, including the Library Network Project in Thailand or the Thai Digital Collection (ThaiLis), the National Research Council of Thailand (NRCT) or the Digital Research Information Center, and research databases from various institutions The complete document can be downloaded (Full-text). Searching for information and selecting according to the specified criteria found that There were a total of 72 research samples used for the synthesis. The statistics used were percentages, means, and standard deviations. The results of the study found that most research is interested in studying the quality of life of the elderly. By studying factors that affect the quality of life of the elderly. To create guidelines for improving the quality of life of the elderly, it was found that factors affecting the quality of life of the elderly include personal



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7

วันที่ 1 สิงหาคม 2567

factors (gender, age, status, education level, occupation, income, and residence) , and environmental factors. Social relationship factors Behavioral factors social participation Social welfare, and other factors may affect the future, such as using technology to provide convenience to the elderly. Elderly people's use of social Media Employment of the elderly allows them to earn income and be able to support themselves. Or the attitude and thoughts of the elderly that have changed, such as the attitude of the elderly that affects nursing homes and has guidelines for improving the quality of life of the elderly By starting with yourself or family members 1) Taking care of yourself, being able to do your daily routine by yourself Consumption of food from all 5 food groups, nutritious food suitable for the elderly. 2) Receiving love from family or relatives. Make the elderly not feel lonely or feel that they are a burden on family members receiving visits from children and grandchildren. 3) Creating an environment that is convenient and appropriate for the lives of the elderly, such as split-level floors. There are walkways and facilities for the elderly. 4) Taking the elderly to join in activities. To create good relationships between each other within the family

Keywords

Quality life of the elder, Factors affecting the quality of elderly life, development of quality of elderly life

บทนำ

สังคมไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแบบเต็มรูปแบบ พบว่า ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว แสดงให้เห็นแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงในเรื่องของต่างๆ เช่น รายได้ การอยู่อาศัย ภาวะสุขภาพ จากการเปลี่ยนแปลงของประชากรเพิ่มขึ้นส่งผลให้หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชน ดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ โดยจำแนกได้ 4 มิติ ได้แก่ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสภาพแวดล้อม ด้านสุขภาพ และด้านสังคม (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566) พบว่า สภาพปัญหาที่ผู้สูงอายุพบเจอได้แก่ การเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกายทรุดโทรมลงตามอายุ อันเนื่องจากความเสื่อมโทรมของร่างกายย่อมส่งผลกระทบต่อกระตือรือร้น รุ้สึกโดดเดี่ยว ท้อแท้ เหงา มีบทบาททางสังคมลดลง ค่าใช้จ่ายอาจเท่าเดิมแต่เนื่องด้วยรายได้ที่เปลี่ยนแปลงไปส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุมีแนวโน้มต้องดูแลตนเองเพิ่มขึ้น เนื่องจากสภาพเศรษฐกิจสังคมที่เปลี่ยนไป ความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป และด้านเทคโนโลยีที่ช่วยอำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิต แต่ปัจจุบันเทคโนโลยีมีบทบาทในการขับเคลื่อนในสังคม บางโปรแกรมสามารถเรียนรู้และเข้าใจใช้งานง่าย สามารถปรับวิถีชีวิตร่วมกับคนรุ่นใหม่ได้ แต่บางอย่าง



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7

วันที่ 1 สิงหาคม 2567

ต้องการมีคณาจารย์ใหม่เสียสละเวลาสอนให้ผู้สูงอายุใช้งานได้ด้วยตนเอง เพื่อลดความแตกต่างระหว่างวัยในการสื่อสาร เนื่องจากยังมีวิจัยที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทางอ้อม และแนวคิด/ทฤษฎีที่นำเสนอผ่านงานวิจัยต่างๆ ที่สอดคล้องกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เช่น ทฤษฎี/แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิต องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นต้น จากการรวบรวมและประมวลผลงานวิจัยที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และสามารถนำผลการสังเคราะห์งานวิจัยมาต่อยอดในการเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จึงเป็นที่มาของการศึกษาการสังเคราะห์วิจัยเรื่องนี้จึงเป็นที่มาของการศึกษาการสังเคราะห์วิจัยเรื่องนี้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อรวบรวมและประมวลผลงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
2. เพื่อสังเคราะห์งานวิจัยที่ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตประชากรและกลุ่มตัวอย่าง คือ วิทยานิพนธ์ หรือปริญญาานิพนธ์ รายงานการวิจัย ที่มีประเด็นศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแง่มุมต่างๆ ตีพิมพ์ระหว่างพ.ศ. 2561-2566 ที่สามารถสืบค้นได้จากฐานข้อมูลออนไลน์ ได้แก่ โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย หรือ Thai Digital Collection (ThaiLis) สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) หรือ Digital Research Information Center และฐานข้อมูลงานวิจัยจากสถาบันต่างๆ ซึ่งจากที่สืบค้นข้อมูล พบว่า มีงานวิจัยที่สอดคล้องกับขอบเขตการศึกษาที่กำหนดไว้ จำนวน 307 เรื่อง และได้มีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยทั้งหมด 72 เรื่อง
2. ขอบเขตตัวแปร คือ การศึกษางานวิจัยที่มีส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
3. ขอบเขตเวลา คือ งานวิจัยที่ตีพิมพ์ระหว่าง พ.ศ. 2561 - 2566

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ระเบียบวิธีวิจัย วิทยานิพนธ์ หรือปริญญาานิพนธ์ รายงานการวิจัย ที่มีประเด็นศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแง่มุมต่างๆ ตีพิมพ์ระหว่างพ.ศ. 2561-2566 ที่สามารถสืบค้นได้จากฐานข้อมูลออนไลน์ ได้แก่ โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย หรือ Thai Digital Collection (ThaiLis) สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) หรือ Digital Research Information Center และฐานข้อมูลงานวิจัยจากสถาบันต่างๆ ซึ่งจากที่สืบค้นข้อมูล พบว่า มีงานวิจัยที่สอดคล้องกับขอบเขตการศึกษาที่กำหนดไว้ จำนวน 307 เรื่อง และได้มีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยทั้งหมด 72 เรื่อง



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7

วันที่ 1 สิงหาคม 2567

2. ขั้นตอนการสังเคราะห์งานวิจัยดังนี้

2.1 กำหนดเป้าหมายหรือเรื่องหลักที่ต้องการศึกษา เรื่อง คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

2.2 กำหนดวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.3 สืบค้นข้อมูลงานวิจัยที่เกี่ยวกับเรื่อง คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (แนวคิด/ทฤษฎี งานวิจัย ข้อมูล ข่าวสาร สถิติต่างๆที่เกี่ยวข้อง) แล้วกำหนดขอบเขตและประเด็นที่จะศึกษา รวมถึงการพัฒนาเครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งมี 2 ลักษณะคือ แบบประเมินคุณภาพงานวิจัย และแบบบันทึกคุณลักษณะงานวิจัย

2.4 เก็บรวบรวมข้อมูลงานวิจัย โดยคัดเลือกงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่เป็นประเภทวิทยานิพนธ์ รายงานการวิจัย และปริญญานิพนธ์ ซึ่งผู้วิจัยรวบรวมและคัดเลือกตามเกณฑ์วิจัยได้จำนวน 72 เล่มจากนั้นเริ่มอ่านงานวิจัย

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้

3.1 สืบค้นข้อมูลงานวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งตีพิมพ์ระหว่างปี พ.ศ. 2561 – 2566 จากฐานข้อมูลออนไลน์ ได้แก่ โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย หรือ Thai Digital Collection (ThaiLis) สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) หรือ Digital Research Information Center และฐานข้อมูลงานวิจัยจากสถาบันต่างๆ

3.2 ดาวน์โหลดเอกสารวิจัยฉบับสมบูรณ์ (Full Text)

3.3 พิจารณางานวิจัยว่าเป็นไปตามเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัยที่กำหนดหรือไม่ แล้วคัดเลือกฉบับที่เป็นไปตามเกณฑ์เพื่อเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้

3.4 อ่านงานวิจัยและบันทึกข้อมูลคุณลักษณะงานวิจัยต่างๆ ลงในแบบบันทึกลักษณะงานวิจัย

4. การวิเคราะห์ข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของงานวิจัยวิเคราะห์ภาพรวมของงานวิจัยตามเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัย

4.2 วิเคราะห์คุณลักษณะของงานวิจัย โดยเครื่องมือที่สร้างขึ้นแบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์งานวิจัยโดยแบบประเมินคุณภาพงานวิจัยและเกณฑ์การประเมินคุณภาพงานวิจัย วิเคราะห์คุณลักษณะของงานวิจัยโดยเครื่องมือที่ใช้ได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญว่ามีความเที่ยงของข้อมูล

ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลจากผลการบันทึกข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกคุณลักษณะงานวิจัยและคู่มือลงรหัส (Code Book) แล้วสรุปโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

4.3 สังเคราะห์ข้อมูลสรุปข้อค้นพบจากงานวิจัย เรียบเรียงข้อค้นพบซึ่งเป็นองค์ความรู้ที่ได้จากการสังเคราะห์งานวิจัยโดยจำแนกเป็นรายประเด็น เพื่อสะดวกต่อผู้อื่นในการนำไปศึกษาต่อไป



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7

วันที่ 1 สิงหาคม 2567

4.4 สถิติที่ใช้ในการสังเคราะห์วิจัยครั้งนี้ได้แก่ ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัย

การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ สามารถสรุปผลการศึกษาดังนี้

1. งานวิจัยร้อยละ 26.4 ตีพิมพ์ในปี พ.ศ.2561 ระยะเวลาตีพิมพ์ที่ศึกษาตั้งแต่ พ.ศ.2561-พ.ศ. 2566 สถาบันที่ผลิตงานวิจัยมากที่สุด คือ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม สาขาที่ผลิตงานวิจัยมากที่สุด คือ สาขารัฐประศาสนศาสตร์ จำนวนหน้าของงานวิจัยส่วนใหญ่ คือ จำนวน 101-200 หน้า โดย วัตถุประสงค์งานวิจัยที่ถูกกำหนดขึ้นมากที่สุด คือ แนวทางการพัฒนา/ส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ รองลงมาคือ การศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดด้านผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และองค์ประกอบชีวิต และสวัสดิการทางสังคม รวมถึงแนวคิด/ทฤษฎีเกี่ยวกับการสังเคราะห์งานวิจัย เครื่องมือที่ใช้ส่วนใหญ่เป็นแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ งานวิจัยเชิงสำรวจ มีขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 301 – 400 ตัวอย่าง วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง แบบง่าย และการใช้สูตร ในการกำหนดกลุ่มตัวอย่างของ Taro Yamane และการสุ่มแบบแบ่งชั้น สถิติที่ใช้ คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความถี่

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล (เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพ รายได้ และที่พักอาศัย) ปัจจัยความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างคนในครอบครัวและสังคม ซึ่งอาจส่งผลต่อสุขภาพด้านจิตใจ เช่น การพบปะเพื่อฝูง การรับประทานข้าวพร้อมหน้ากันในครอบครัว การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ครัวมีสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ ปัจจัยด้านพฤติกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย การบริโภคอาหารเหมาะสม รวมถึงการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม เช่น การได้รับการยกย่องทางสังคม การมีบทบาทในสังคม ส่งผลต่อจิตใจให้ผู้สูงอายุรู้สึกตนเองมีคุณค่า นอกจากนี้ปัจจัยดังกล่าวยังมีปัจจัยอื่น ๆ ที่มีส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เช่น ปัจจุบันเทคโนโลยีมีบทบาทในการขับเคลื่อนในสังคม บางโปรแกรมสามารถเรียนรู้และเข้าใจใช้งานง่าย สามารถปรับวิถีชีวิตร่วมกับคนรุ่นใหม่ได้ แต่บางอย่างต้องการมีคนรุ่นใหม่เสียสละเวลาสอนให้ผู้สูงอายุใช้งานได้ด้วยตนเอง เพื่อลดความแตกต่างระหว่างวัยในการสื่อสาร รวมถึงบริการทางเลือก เช่น บ้านพักคนชรา เป็นต้น

3. ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นองค์ความรู้ที่สำคัญเกี่ยวกับงานวิจัยคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้ทั้งหมด 6 ประเด็น ได้แก่ ได้แก่ 1) องค์ความรู้เกี่ยวกับวัตถุประสงค์การวิจัย 2) องค์ความรู้เกี่ยวกับแนวคิด/ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเรื่องคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 3) องค์ความรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4) องค์ความรู้เกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัย 5) องค์ความรู้เกี่ยวกับคุณภาพของงานวิจัย และ 6) องค์ความรู้เกี่ยวกับการแนะนำเรื่องคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจากงานวิจัย โดยองค์ความรู้ดังกล่าวอาจจะสามารถนำไปประยุกต์ใช้ใน



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7

วันที่ 1 สิงหาคม 2567

การศึกษาและสร้างแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้ เพื่อลดระยะเวลาในการศึกษา และเสริมสร้างคุณภาพคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอันจะส่งผลให้คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุดีขึ้นและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการศึกษาครั้งถัดไป

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล (เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพ รายได้ และที่พักอาศัย) ปัจจัยความสัมพันธ์ทางสังคม ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านพฤติกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ นอกเหนือจากปัจจัยที่ผู้วิจัยได้จากการสังเคราะห์งานวิจัย พบว่า มีปัจจัยอื่น ๆ ที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั้งทางตรงและทางอ้อม รวมถึงปัจจัยทางเลือกที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ดังนี้

แนวโน้มผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ส่งผลให้ต้องมีมติส่งเสริมการจ้างงานผู้สูงอายุมากขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้ โดยผู้สูงอายุเป็นบุคคลสำคัญของประเทศเนื่องจากมีประสบการณ์ สามารถช่วยลดตลาดแรงงานที่ขาดแคลน นอกจากนี้จะสามารถช่วยให้ผู้สูงอายุทางด้านจิตใจให้ผู้สูงอายุมีอะไรทำ ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ไม่เหงา การทำงานได้ใช้ทั้งร่างกาย และสมอง ช่วยเสริมสร้างสุขภาพแข็งแรง (กระทรวงแรงงาน, 2566) หากผู้สูงอายุมีรายได้สามารถเลี้ยงดูตนเองได้ หรือสามารถเลือกอาศัยอยู่ในบ้านพักคนชรา ซึ่งทัศนคติที่มีต่อบ้านพักคนชราของผู้สูงอายุแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของธมนวรรณ วงศ์หนองเตย (2564) พบว่า ข้อดีของการเลือกอยู่บ้านพักคนชรา ทำให้รู้สึกไม่เหงา มีคนดูแลตลอด 24 ชั่วโมง มีพื้นที่ส่วนตัว มีเพื่อน มีกิจกรรมให้ทำ รวมถึงมีการดูแลเรื่องการออกกำลังกาย อาหารการกิน และเมื่อมีอาการเจ็บป่วยมีแพทย์คอยบริการดูแล ถ้าเปรียบเทียบกับทัศนคติผู้สูงอายุไทย ส่วนใหญ่คิดว่า บ้านพักคนชรา ก็ดีสำหรับคนที่ไม่มีลูก ไม่มีหลานคอยเลี้ยงดู แต่ก็ยังมองว่าบ้านพักคนชราแพง และคิดว่า การอยู่บ้านพักคนชรา เหมือนอยู่ในคุก รู้สึกโดดเดี่ยว คนที่จะเข้ามาอยู่บ้านพักคนชราได้ต้องมีเงิน หรือเป็นผู้สูงอายุที่ป่วยช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ หากผู้สูงอายุไม่ทำอะไรอาศัยอยู่ที่พักของตนเองหรืออาศัยบ้านพักคนชรา ก็จะไม่รู้สึกเหงา หรือโดดเดี่ยว เนื่องจากปัจจุบันมีการใช้โซเชียลมีเดียที่สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุพูดคุยกับเพื่อน หรือครอบครัวได้ง่าย รวมถึงการใช้โซเชียลความบันเทิง และสามารถใช้ในการดูแลรักษาร่างกาย เช่น การดูคลิปออกกำลังกายที่สามารถทำเองได้ที่บ้าน หรือค้นหาการโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ๆ นอกจากนี้ยังมีการใช้เทคโนโลยีเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ง่ายขึ้น (รุจา รอดเข็มและสุภารัตน์ ไชยประสิทธิ์, 2562) เช่น เครื่องออกกำลังกายผู้สูงอายุ ไม่เท้าช่วยเดิน ๆ และมีการใช้เทคโนโลยีเพื่อการรักษาและการบำบัด เพื่อสุขภาพที่ดีของร่างกายได้อีกด้วย (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564) นอกจากนี้คุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้านข้างต้นที่กล่าวมา องค์การอนามัยโลกได้เพิ่มเติมด้านจิตวิญญาณ ศาสนาและความเชื่อส่วนบุคคล โดยการนำหลักพุทธธรรม ศาสนา เช่น ไตรสิขา 3 อิทธิบาท 4 ภาวนา 4 มาช่วยในการพัฒนาส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของแวนูริยะห์ แวสแลม



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7
วันที่ 1 สิงหาคม 2567

(2563) เช่นเดียวกับงานวิจัยของพระครูปลัดสิทธิชัย วิสุทโธ (หวานผล) (2564) และพระครูปราโมทย์ ปัญญาวัฒน์ (บุญเลิศ เตชปุณฺโญ) (2564) รวมถึงงานวิจัยของศิริพร แก้วทงศ์ (2564)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้งาน

การนำประเด็นต่าง ๆ ที่ศึกษาในการสังเคราะห์งานวิจัยมาประยุกต์ใช้อาจส่งผลลัพธ์ที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่างๆ เช่น สภาพความเป็นอยู่ วัฒนธรรมในท้องถิ่น การมีส่วนร่วมของคนในพื้นที่ พื้นฐานด้านครอบครัวและด้านเศรษฐกิจ เป็นต้น และควรคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ล้วนมีผลต่อสุขภาพกายและจิตใจของผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

ควรมีการศึกษางานวิจัยทั้งทางตรงและทางอ้อมให้ครอบคลุมมากกว่านี้ งานวิจัยที่สามารถมีส่วนช่วยในการส่งเสริม/พัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ การศึกษาแนวคิด/ทฤษฎีเพิ่มเติมที่มีความทันสมัย รวมถึงการศึกษาแนวโน้มปัจจัยในอนาคตที่อาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เช่น การจ้างงานของผู้สูงอายุ มาตรการช่วยเหลือผู้สูงอายุ สวัสดิการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ นอกจากนี้สามารถเป็นตัวอย่างแนวทางในการทำการศึกษาสังเคราะห์วิจัยเพื่อนำไปประยุกต์ใช้กับเรื่องอื่นๆได้อีกด้วย และข้อควรระมัดระวัง คือ ต้องมีการตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วนของข้อมูลว่ามีการสรุปผลการการนำเสนอที่ตรงกัน

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). เทคโนโลยีในอนาคตสำหรับดูแลผู้สูงอายุ. สืบค้นเมื่อ มิถุนายน 19, 2567, จาก <https://www.dop.go.th/th/know/15/361>

กระทรวงแรงงาน. (2566). ด้วยรักจากกระทรวงแรงงาน. e - Magazines MOL. 22 (ฉบับเดือนเมษายน พ.ศ. 2566), 4-15

ธมนวรรณ วงศ์หนองเตย (2564). ปัจจัยและทัศนคติที่มีผลต่อการเข้าอาศัยในโครงการที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ. ปรินญาการจัดการมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาวิทยาลัทยมหิตล

พระครูปราโมทย์ปัญญาวัฒน์ (บุญเลิศ เตชปุณฺโญ). (2564). พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์ จังหวัดสมุทรสงคราม. ปรินญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พระครูปลัดสิทธิชัย วิสุทโธ. (2564). การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดจันทบุรี. ปรินญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 7
วันที่ 1 สิงหาคม 2567

- *****
- รุจา รอดเข็มและสุตารัตน์ ไชยประสิทธิ์. (2562). สังคมสูงวัย : เทคโนโลยีกับผู้สูงอายุ. วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชียฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี . 13(2). สืบค้นเมื่อ มิถุนายน 20, 2567, จาก <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/EAUHJSci/article/download/207729/144690/653355>
- แวนูริยะห์ แวสแลม. (2563). แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุมุสลิมในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล บานา อำเภอมืองปัตตานี จังหวัดปัตตานี. ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหาร และพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยทักษิณ
- ศิริพร แก้วทองค์. (2564). พุทธนวัตกรรมการสื่อสารโดยใช้หลักอิทธิบาท 4 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไทย. ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย