



**ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม  
อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร**

**Factors Affecting the Effectiveness of Quality of Life Development for the  
Elderly in Sam Ngam Subdistrict Administrative Organization,  
Sam Ngam District, Phichit Province**

พรพรรณ ทองบุรี\*

Phonpan Thongburi

เต็มศักดิ์ สุวรรณศักดิ์

Termsak Suwannasak

รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขารัฐประศาสนศาสตร์ คณะรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยพิษณุโลก

Master of Public Administration,

Public Administration field, Faculty of Public Administration, Phitsanulok University

Corresponding author, e-mail: viw2411@gmail.com\*

วันที่รับบทความ (Received): 12 กุมภาพันธ์ 2568

วันที่แก้ไขบทความ (Revised): 5 มีนาคม 2568

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted): 10 มีนาคม 2568

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและการสนับสนุนทางสังคมต่อผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร 2. เพื่อเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จำแนกตามคุณลักษณะส่วนบุคคล และ 3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของปัจจัยการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จากจำนวนทั้งหมด 643 คน ใช้สูตร Taro Yamane จะได้ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 260 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าร้อยละ (Percentage) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) และค่าความแปรปรวน (One-Way ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศ มีอายุ 60-65 ปี มีสถานภาพหม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ มีอายุ 31-40 ปี มีอาชีพเกษตรกร ด้านการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมทั้ง 3 ด้านของการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด การทดสอบสมมติฐาน พบว่า เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่แตกต่างกันมีปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิภาพการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**คำสำคัญ:** ปัจจัยที่ส่งผลต่อ, คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ



## Abstract

This research studies 1. To study the quality of life of the elderly and social support for the elderly in the area of Sam Ngam Subdistrict Administrative Organization, Sam Ngam District, Phichit Province 2. To compare the quality of life of the elderly in the area of Sam Ngam Subdistrict Administrative Organization, Sam Ngam District, Phichit Province classified by personal characteristics and 3. To study the influence of social support factors on the quality of life of the elderly in the area of Sam Ngam Subdistrict Administrative Organization, Sam Ngam District, Phichit From a total of 643 people, using the Taro Yamane formula will result in a sample of 260 people. Data were analyzed using descriptive statistics, including mean (Mean), percentage (Percentage) and standard deviation (Standard deviation) and variance (One-Way ANOVA).

The results of the research found that most of the respondents were male, aged 60-65 years, widowed/divorced/separated, aged 31-40 years, and farmers. In terms of social support of the elderly in the area of Sam Ngam Subdistrict Administrative Organization, Sam Ngam District, Phichit Province Overall, the 3 aspects of social support for the elderly were found to be at the highest level. The quality of life of the elderly in the area of Sam Ngam Subdistrict Administrative Organization, Sam Ngam District, Phichit Province, overall, the 4 aspects were found to be at the highest level. Hypothesis testing found that gender, age, status, occupation, and average monthly income were different factors affecting the effectiveness of the development of the quality of life of the elderly in the area of Sam Ngam Subdistrict Administrative Organization, Sam Ngam District, Phichit Province. Overall, they were different with statistical significance at the 0.05 level.

**Keywords:** Factors affecting, Quality of life, Elderly.

## บทนำ

เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรของประเทศมีความสัมพันธ์ต่อกัน และส่งผลต่อการดำเนินชีวิตและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุหลายประการ ทั้งด้านสุขภาพอนามัย ด้านการศึกษา ด้านความมั่นคงของรายได้ และการทำงาน ด้านสังคม และวัฒนธรรม ด้านสวัสดิการสังคม กลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60-70 ปี มีการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางกายภาพ และสรีระวิทยาเปลี่ยนแปลงไปไม่มากสามารถช่วยเหลือตนเองได้เป็นส่วนใหญ่ ส่วนผู้มีอายุ 80 ปีขึ้นไป มีการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางกายภาพและสรีระวิทยาอย่างเห็นได้ชัดเจน มีความบกพร่องในการดูแลตนเอง จำเป็นต้องมีการดูแลจากบุคคลอื่นทดแทนในส่วนที่พร่องไป องค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม ซึ่งเป็นหน่วยงานหลักในการดูแลคุณภาพชีวิตของคนในพื้นที่ ต้องมีการเตรียมการหาแนวทางในการพัฒนาการจัดสวัสดิการมารองรับสังคมผู้สูงอายุอย่างทั่วถึงและพร้อมที่จะก้าวทันสถานการณ์ของผู้สูงอายุ และปรับกระบวนการทัศน์เดิมจากที่มองผู้สูงอายุว่าเป็นภาระของสังคมมาทำให้ผู้สูงอายุนำประสบการณ์ของตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและชุมชน เตรียมการพัฒนาด้านจิตใจ ร่างกาย อาชีพ เพื่อสามารถพึ่งพาตนเอง ไม่เป็นภาระของสังคม และเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนโดยการใช้ฐานความรู้ภูมิปัญญาที่สั่งสมมานานมาเป็นข้อมูลให้แก่ชุมชนต่อไป

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยแท้จริงขึ้นอยู่กับความสามารถของปัจเจกบุคคล ซึ่งเป็นพลังขับเคลื่อนสู่ความผาสุกของชีวิตได้ โดยมีองค์กร/หน่วยงานต่างๆ เป็นปัจจัยสนับสนุน เมื่ออายุ 60 ปีแล้ว คนไทยจะมีอายุคาดเฉลี่ยต่อไปอีกประมาณ 22 ปี จากการสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุไทย พบว่า ผู้สูงอายุ ร้อยละ 2 อยู่ในสภาวะติดเตียง คือ อยู่ในสภาวะพิการไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้และร้อยละ 19 อยู่ในสภาวะติดบ้าน คือ มีปัญหาการเคลื่อนไหวไม่สามารถออกจากบ้านได้โดยสะดวกการสำรวจเดียวกันนี้พบว่า ปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุที่สูงเป็นอันดับแรก คือ การเคลื่อนไหวร่างกาย ร้อยละ 58 รองลงไป ได้แก่ ปัญหาการได้ยินหรือสื่อความหมาย ร้อยละ 24 ด้านการมองเห็น ร้อยละ 19 ด้านการเรียนรู้ร้อยละ 4 ด้านจิตใจร้อยละ 3 และสติปัญญาร้อยละ 2 การสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุไทยของผู้สูงอายุยังพบว่า เป็นโรคความดันโลหิต ร้อยละ 41 เป็น โรคเบาหวาน ร้อยละ 18 และเป็นโรคข้อเข่าเสื่อมร้อยละ 9 (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2556) จากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวผู้สูงอายุต้องมีการปรับตัวอย่างมาก ซึ่งอาจจะส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน รวมถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ผู้สูงอายุจึงประชากรกลุ่มสำคัญที่ควรได้รับการดูแลส่งเสริมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขทำให้ทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงความสำคัญในการเตรียมความพร้อมและให้ความสำคัญต่อความต้องการและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นในทุกด้านต่างๆ คุณภาพชีวิตเป็นการรับรู้ความพึงพอใจและสถานะบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม โดยแบ่งองค์ประกอบออกเป็น 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมและด้านสภาพแวดล้อม (THE WHOQOL GROUP, 1995: 5)

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุให้ความสำคัญกับทางด้านจิตใจ สิ่งแวดล้อม และร่างกาย ตามลำดับ ซึ่งด้านร่างกายควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองและการออกกำลังกาย ด้านจิตใจควรส่งเสริมให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุ ควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นแก่เด็กและเยาวชน ด้านสิ่งแวดล้อมควรจัดโครงการชุมชนน่าอยู่ การส่งเสริมชุมชนในการบริหารจัดการ ปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ การเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ครอบครัวเกิดความรู้ความเข้าใจ ทศนคติและมีความตระหนักต่อการแสดงบทบาทในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ครอบคลุมทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ในสังคมและด้านสิ่งแวดล้อม โดยครอบครัวมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหาในการอยู่ร่วมกันกับผู้สูงอายุและร่วมดำเนินการกิจกรรม เพื่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ นอกจากนั้น กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางสังคมนั้น มีความสัมพันธ์กับการมีเครือข่าย ผู้สูงอายุต้องมีสุขภาพดีทั้งกายและใจ อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมอยู่ในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรี

องค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตรมีหน้าที่ในการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นพ.ศ. 2542 ได้บัญญัติเกี่ยวกับการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุไว้ดังนี้ คือ มาตรา 53 บุคคลซึ่งมีอายุ เกิน 60 ปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้ เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับสวัสดิการสิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะอย่าง สมศักดิ์ศรี และความช่วยเหลือที่เหมาะสมจากรัฐ มาตรา 80 (1) โดยสรุป คือ รัฐต้องดำเนินการตามนโยบายด้านสังคม การสาธารณสุข การศึกษาและวัฒนธรรม รวมถึงคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและพึ่งพาตัวเองได้ ซึ่งในเบื้องต้นการดูแลผู้สูงอายุได้ถูกกำหนดเป็นเป้าหมาย และนโยบายขององค์การบริหารส่วนตำบลได้ดูแลผู้สูงอายุ โดยการจัดสวัสดิการให้กับผู้สูงอายุในตำบล อาจสามารถ ผ่านโครงการจ่ายเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุเพื่อจัดสวัสดิการสนับสนุนกิจกรรมให้ ได้รับอย่างต่อเนื่องตามความจำเป็น แต่ทั้งนี้เพื่อให้การแก้ปัญหาเกิดประสิทธิภาพ และนำไปสู่ความยั่งยืน



(องค์การบริหารส่วนตำบลอาจสามารถ, 2562) โดยเฉพาะองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นเพื่อสร้างความเข้มแข็งการมีส่วนร่วมของท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพและดูแลผู้สูงอายุในชุมชนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยใช้แนวความคิดการพัฒนาการขับเคลื่อนศูนย์อบรมและศูนย์การเรียนรู้การดูแลผู้สูงอายุอย่างยั่งยืนนั้น ใช้ยุทธศาสตร์ “ไทรพลัง” เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการถ่ายทอดองค์ความรู้ การขับเคลื่อนของพลังสังคมของบุคคลต้นแบบ ชุมชนต้นแบบ องค์กรต้นแบบ ในการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน (พัชรภรณ์ พัฒนะ, 2561)

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยสนใจศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร เพื่อให้เห็นว่าควรจะมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อนำผลการวิจัยเสนอจัดทำนโยบายให้แก่เทศบาลตำบลสามง่ามสำหรับใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและการสนับสนุนทางสังคมต่อผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จำแนกตามคุณลักษณะส่วนบุคคล
3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของปัจจัยการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและการสนับสนุนทางสังคมต่อ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร เพื่อเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จำแนกตามคุณลักษณะส่วนบุคคล และเพื่อศึกษาอิทธิพลของปัจจัยการสนับสนุนทางสังคม ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยรายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการดำเนินการวิจัย ได้แก่

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จำนวน 643 คน (องค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม, 2566) กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม จำนวน 260 คน โดยใช้สูตร Yamane (1973) ซึ่งแทนค่าตามสูตร ดังนี้

$$n = \frac{643}{1 + 643(0.05)^2}$$

$$= 260$$

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน สภาพการอยู่อาศัย

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วย การสนับสนุนด้านอารมณ์ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนด้านการเงิน แรงงานและสิ่งของ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประกอบด้วยด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสภาพแวดล้อม โดยมีหลักเกณฑ์การให้คะแนน

ตอนที่ 4 แบบสอบถามข้อเสนอแนะปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร

ผู้วิจัยได้จัดเก็บข้อมูลจากปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร การตอบแบบสอบถามผู้วิจัยได้ดำเนินการดูแลและควบคุม รวมถึงการอธิบายรายละเอียดที่ผู้ตอบแบบสอบถามสงสัยด้วยตนเองและเมื่อได้รับแบบสอบถามแล้ว และผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถามเพื่อนำข้อมูลไปวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปเอสพีเอสเอสทางคอมพิวเตอร์ต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัย

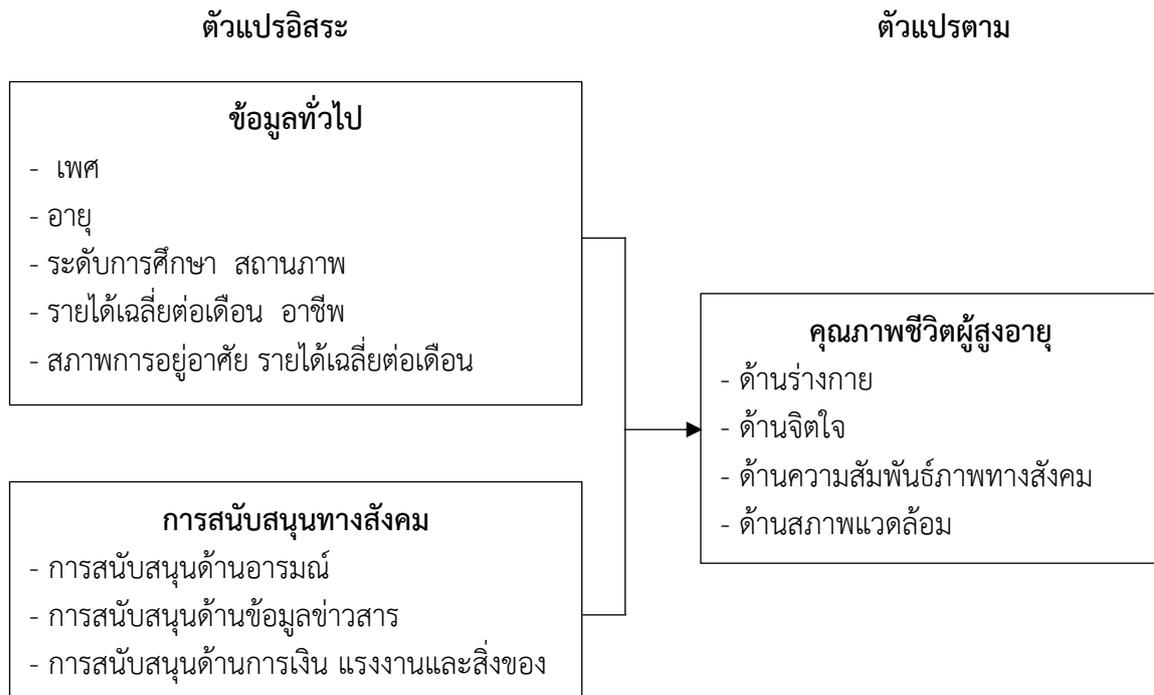
การวิจัยในครั้งนี้ แบ่งการวิเคราะห์ออกเป็น 4 ตอน โดยใช้วิธีการประมวลผลค่าทางสถิติด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์

ขอบเขตด้านพื้นที่ที่ใช้ในการวิจัย เป็นเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร

ผู้วิจัยทำการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและการสนับสนุนทางสังคมต่อ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร 2. เพื่อเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จำแนกตามคุณลักษณะส่วนบุคคล และ 3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของปัจจัยการสนับสนุนทางสังคม ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร คือ ผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จำนวน 260 คน ผู้วิจัยได้นำเสนอกรอบแนวคิดไว้ดังนี้



## กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## สรุปผลการวิจัย

### 1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 60.40 รองลงมา เป็นเพศชาย จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 39.60 มีอายุ 60-65 ปีจำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 37.30 มีสถานภาพหม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 45.80 มีอายุ 31-40 ปี จำนวน 135 ราย คิดเป็นร้อยละ 36.70 มีอาชีพเกษตรกร จำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 52.50 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

2. มีการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร การสนับสนุนทางสังคมต่อผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมทั้ง 3 ด้านของการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้ง 3 ด้าน มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.3$ ,  $SD = 0.48$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในด้านการสนับสนุน มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.37$ ,  $SD = 0.48$ ) รองลงมาการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.35$ ,  $SD = 0.56$ ) และการสนับสนุนด้านการเงิน แรงงานและสิ่งของมีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.30$ ,  $SD = 0.64$ ) ตามลำดับ

3. แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน พบว่า อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.28$ ,  $SD = 0.72$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านความสัมพันธ์ภาพทางสังคม อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.48$ ,  $SD = 0.50$ ) รองลงมาด้านสภาพแวดล้อม อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.32$ ,  $SD = 0.64$ )

ด้านร่างกาย อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.29$ ,  $SD = 0.69$ ) ที่สุดและด้านจิตใจ อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.04$ ,  $SD = 0.76$ ) ตามลำดับ

สรุปค่าเฉลี่ยของภาพรวมทั้งหมดเท่ากับ 4.28 โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $SD = 0.72$ ) ซึ่งหมายความว่าค่าผลการสำรวจโดยรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด และผลตอบรับจากผู้สูงอายุในพื้นที่นี้ค่อนข้างมีความสอดคล้องกัน (เนื่องจาก  $SD = 0.72$  ไม่สูงมาก)

4. การทดสอบสมมติฐานปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร

1. เพศ แตกต่างมีปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศ แตกต่างกัน มีค่า ( $t = 1.299$ ,  $Sig = .018$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2. อายุ แตกต่างกัน ปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ทั้ง 5 ด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $F = 775.527$ ,  $Sig = .000$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. อาชีพ แตกต่างกัน ปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ทั้ง 5 ด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $F = 4.546$   $Sig = .018$ ) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน แตกต่างกัน ปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมทั้ง 5 ด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $F = 141.722$ ,  $Sig = .001$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

5. สถานภาพ แตกต่างกัน ปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ทั้ง 5 ด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $F = 335.124$ ,  $Sig = .000$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สรุปว่า การศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตและการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร มีข้อมูลสำคัญว่า

**ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม** เพศหญิงเป็นกลุ่มที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุด (60.4%) ผู้ตอบที่มีอายุ 60-65 ปี จำนวนมากที่สุด (37.3%)

**สถานภาพ** ที่มีผู้ตอบมากที่สุด คือ หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ (45.8%) อาชีพหลัก คือ เกษตรกร (52.5%)

**รายได้เฉลี่ยต่อเดือน** มีความแตกต่างกันใน ประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยผลการทดสอบทางสถิติ  $F = 141.722$  และ  $Sig = .001$  ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ผลต่างนี้มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุ** ผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนทางสังคมในทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด โดยเฉพาะการสนับสนุนด้านการสนับสนุน (ค่าเฉลี่ย 4.37) รองลงมา คือ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (4.35) และการสนับสนุนด้านการเงิน/แรงงาน/สิ่งของ (4.30)

**คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ** ผลการประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยรวม 4.28) ด้านที่ได้คะแนนสูงสุด คือ ความสัมพันธ์ทางสังคม (4.48) และด้านสภาพแวดล้อม (4.32) ด้านจิตใจมีคะแนนต่ำสุด (4.04) แต่ยังคงอยู่ในระดับมากที่สุด ผลการทดสอบสมมติฐานเกี่ยวกับปัจจัย



ที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต เพศ ผู้ตอบเพศต่างกันมีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน ( $t = 1.299$ ,  $Sig = 0.018$ ) อายุ มีความแตกต่างระหว่างกลุ่มอายุในทุกด้าน ( $F = 775.527$ ,  $Sig = 0.000$ ) อาชีพ อาชีพต่างกันมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ( $F = 4.546$ ,  $Sig = 0.018$ ) รายได้ เฉลี่ยต่อเดือน ความแตกต่างในรายได้มีผลต่อคุณภาพชีวิต ( $F = 141.722$ ,  $Sig = 0.001$ ) สถานภาพ สถานภาพต่างกันมีผลต่อประสิทธิผลในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ( $F = 335.124$ ,  $Sig = 0.000$ )

สรุป ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในพื้นที่นี้ ได้แก่ เพศ, อายุ, อาชีพ, รายได้ เฉลี่ยต่อเดือน และสถานภาพ ซึ่งทุกปัจจัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การสนับสนุนทางสังคมที่ได้รับจากชุมชนก็มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตนี้

## อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

### 1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง รองลงมาเป็นเพศชายช มีอายุ 60-65 ปีจำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 37.30 มีสถานภาพหม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 45.80 มีอายุ 31-40 ปีจำนวน 135 ราย คิดเป็นร้อยละ 36.70 มีอาชีพเกษตรกร จำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 52.50 สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิทวัส คอยคำ และเบญจมา มุกตพันธ์ (2563) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตรับผิดชอบคลินิกหมอครอบครัวศูนย์แพทย์โนนหนามแท่ง อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 57.1 เป็นเพศหญิง มีอายุเฉลี่ย  $71.7 \pm 8.2$  ปี ไม่ได้ประกอบอาชีพร้อยละ 48 ไม่เคยออกกำลังกายร้อยละ 35.1 ได้รับการดูแลจากลูกหลานร้อยละ 69.8 มีความเครียดระดับต่ำกว่าร้อยละ 62.9 มีสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับดีร้อยละ 96.1 กลุ่มตัวอย่างถูกจัดเป็นกลุ่มติดสังคมร้อยละ 94 กลุ่มตัวอย่างมีคุณภาพชีวิตในระดับปานกลางและระดับดีร้อยละ 68.8 และงานวิจัยของ พิชญ์สินี เหล่าปรีชากุล (2566) ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการความมั่นคงด้านอาหารและ รายได้ ในตำบลโคกกลาง อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 60-65 ปี มีสถานภาพสมรส มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 4 คนขึ้นไป และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 3,000 บาท ต่อปี ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนด้านการช่วยเหลือ สิ่งของ การเงิน แรงงาน และบริการสุขภาพ ด้านการ สนับสนุนข้อมูล ข่าวสาร มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

2. การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร

การสนับสนุนทางสังคมต่อผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมทั้ง 3 ด้านของการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้ง 3 ด้าน มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.3$ ,  $SD = 0.48$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในด้านการสนับสนุน มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.37$ ,  $SD = 0.48$ ) รองลงมาการสนับสนุนด้านข้อมูล ข่าวสาร มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.35$ ,  $SD = 0.56$ ) และการสนับสนุนด้านการเงิน แรงงานและสิ่งของ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.30$ ,  $SD = 0.64$ ) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรารค์ทิพย์ ศรีไทย (2563) ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลอาจสามารถ อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม พบว่า การสนับสนุน

ทางสังคมต่อผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล อาจสามารถ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{x}=3.49$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การสนับสนุนด้านอารมณ์ ( $\bar{x}=3.79$ ) รองลงมา คือ การสนับสนุนด้านการประเมิน ( $\bar{x}=3.45$ ) การสนับสนุนด้านการเงิน แรงงาน และสิ่งของ ( $\bar{x}=3.40$ ) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร ( $\bar{x}=3.36$ ) และงานวิจัยของ พิชญ์สินี เหล่าปรีชากุล (2566) ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการความมั่นคงด้านอาหารและ รายได้ ในตำบลโคกกลาง อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนด้านการช่วยเหลือ สิ่งของ การเงิน แรงงาน และบริการสุขภาพ ด้านการสนับสนุนข้อมูลข่าวสาร มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก

3. แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน พบว่า อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.28$ ,  $SD = 0.72$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านความสัมพันธ์ภาพทางสังคม อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.48$ ,  $SD = 0.50$ ) รองลงมาด้านสภาพแวดล้อม อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.32$ ,  $SD = 0.64$ ) ด้านร่างกาย อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.29$ ,  $SD = 0.69$ ) ที่สุดและด้านจิตใจ อยู่ในระดับ มากมีค่าเฉลี่ย ( $\bar{x} = 4.04$ ,  $SD = 0.76$ ) สอดคล้องกับงานวิจัยของ อรสุดา ตันตยานนท์ และแดนวิชัย สายรักษา (2566) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัยคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเรียงค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ดังนี้ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ ตามลำดับ (2) ผลเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจำแนกตามเพศพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพล ศิริ และคณะ (2567) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยที่ส่งผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดเพชรบูรณ์ พบว่าประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดเพชรบูรณ์ ทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วย 1. ด้านร่างกาย 2. ด้านจิตใจ 3. ด้านสัมพันธ์ภาพทางสังคม และ 5. ด้านสิ่งแวดล้อม

4. การทดสอบสมมติฐานปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกันมีปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยพร ประสมทรัพย์ และโชติ บดีรัฐ (2565) ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท้ายทุ่ง อำเภอบัณฑล จังหวัดพิจิตร พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท้าย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ผู้สูงอายุของที่มีสถานภาพ และระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท้ายทุ่ง แตกต่างกัน ส่วนด้านอื่นไม่แตกต่างกันทุกด้าน และงานวิจัยของ อรสุดา ตันตยานนท์ และแดนวิชัย สายรักษา (2566) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัย คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับ



ปานกลาง เมื่อเรียงค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ดังนี้ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ ตามลำดับ (2) ผลเปรียบเทียบ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจำแนกตามเพศพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

### องค์ความรู้ที่ได้รับ

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตและการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสามง่าม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยภาพรวมทั้ง 4 ด้าน (สุขภาพ, ความสัมพันธ์ทางสังคม, การดำรงชีวิต และการพึ่งพาตนเอง) ในกรอบแนวคิด (ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสภาพแวดล้อม) อยู่ในระดับ “มากที่สุด” แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในพื้นที่นี้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

การสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 3 ด้าน (การสนับสนุนจากครอบครัว, เพื่อน และชุมชน) อยู่ในระดับ “มากที่สุด” ซึ่งบ่งชี้ว่าผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนที่ดีจากแหล่งต่างๆ

ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต เช่น เพศ, อายุ, สถานภาพ, อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และมีความแตกต่างที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการวิจัยนี้สามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมและคุณภาพชีวิตมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่นี้. นอกจากนี้ยังสามารถนำข้อมูลนี้ไปใช้ในการวางแผนและพัฒนานโยบายการดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของพวกเขาให้ดียิ่งขึ้น

### ข้อเสนอแนะ

#### 1. ข้อเสนอแนะทางวิชาการ

1.1 การศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่: ควรมีการทำวิจัยหรือสำรวจเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตและปัญหาที่ผู้สูงอายุกำลังเผชิญในพื้นที่ต่างๆ เพื่อที่จะสามารถพัฒนาแนวทางการแก้ไขได้ตรงจุดและเหมาะสมกับสถานการณ์ของแต่ละชุมชน

1.2 การจัดอบรมและเวิร์คช็อปสำหรับผู้สูงอายุ: ควรมีการจัดอบรมเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในสังคมปัจจุบัน การปรับตัวให้เข้ากับเทคโนโลยี การสื่อสารกับคนรุ่นใหม่ และการเสริมสร้างความรู้ทางด้านสุขภาพและการออกกำลังกาย

1.3 การพัฒนาหลักสูตรการฝึกอบรมสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ: ควรมีหลักสูตรการฝึกอบรมที่มุ่งเน้นการดูแลผู้สูงอายุในด้านจิตใจและร่างกาย รวมถึงการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพกับผู้สูงอายุ เพื่อให้การดูแลเป็นไปอย่างเหมาะสมและมีคุณภาพ

#### 2. ข้อเสนอแนะทางนโยบาย

2.1 การจัดตั้งศูนย์ดูแลผู้สูงอายุในชุมชน: ควรมีการสนับสนุนการสร้างศูนย์ดูแลผู้สูงอายุในแต่ละท้องถิ่น เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพจิตและร่างกาย รวมถึงการให้คำปรึกษาด้านกฎหมายและสิทธิของผู้สูงอายุ

2.2 การส่งเสริมการเข้าถึงบริการทางสังคมและสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ: นโยบายควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพ การดูแลสุขภาพจิต และการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากหน่วยงานต่างๆ อย่างสะดวกและมีประสิทธิภาพ

2.3 การสร้างระบบสนับสนุนทางกฎหมายสำหรับผู้สูงอายุ การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุทำพินัยกรรมหรือเตรียมการทางกฎหมายเพื่อรักษาผลประโยชน์ของตนเองและสร้างความมั่นคงในชีวิต

### 3. ข้อเสนอแนะทางสังคม

3.1 การส่งเสริมให้ครอบครัวและสังคมเข้าใจธรรมชาติของผู้สูงอายุ การให้ความรู้และสร้างความเข้าใจให้กับบุตรหลานและสมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ เพื่อให้การดูแลเป็นไปอย่างเต็มที่และมีความเข้าใจ

3.1 การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีบทบาทในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน การกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชนต่างๆ เช่น กิจกรรมสันทนาการ การทำงานร่วมกันเพื่อพัฒนาชุมชน ซึ่งจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีโอกาสสร้างสัมพันธ์และการมีปฏิสัมพันธ์ในสังคม

3.1 การสร้างเครือข่ายผู้สูงอายุในชุมชน การสนับสนุนการสร้างเครือข่ายผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และส่งเสริมกิจกรรมต่างๆ ที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในสังคม

### 4. ข้อเสนอแนะเพื่อวิจัยครั้งต่อไป

4.1 การเสริมสร้างความร่วมมือระหว่างหน่วยงานท้องถิ่นและองค์กรต่างๆ ควรสร้างความร่วมมือระหว่างองค์กรทั้งภาครัฐและภาคเอกชนในการพัฒนาโครงการที่ช่วยเหลือผู้สูงอายุ เช่น การสนับสนุนกิจกรรมทางสังคม การจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพ และการให้การสนับสนุนทางด้านกฎหมาย

4.2 การติดตามผลการพัฒนาและปรับปรุงกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง: การติดตามและประเมินผลการดำเนินงานด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้สามารถปรับปรุงกิจกรรมและแผนงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

### บรรณานุกรม

ชัยรัตน์ พรหมดวง. (2565). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่อยู่อาศัยในเขตเทศบาลตำบลเตราะบอน อำเภอสายบุรี จังหวัดปัตตานี. *วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ปรารงค์ทิพย์ ศรีไทย. (2563). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล อาจสามารถ อำเภอมือง จังหวัดนครพนม. *วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*. สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.

ปิยพร ประสมทรัพย์, พิเชษฐ์ เชื้อมั่น และโชติ บดีรัฐ. (2565). Work from Home (WFH): “ทำงานที่บ้าน” อย่างไรให้เวิร์คและมีความสุข. *Journal of Roi Kaensarn Academi*, 6(10), 371-381.

พัชราภรณ์ พัฒนะ. (2561). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์การเรียนรู้การดูแลผู้สูงอายุเขตสุขภาพที่ 4 งานวิจัยกลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ. ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี. กรมอนามัย.

พิชญ์สินี เหล่าปรีชากุล. (2566). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการความมั่นคงด้านอาหารและรายได้ในตำบลโคกกลาง อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์. *สารนิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต*. สาขาธุรกิจเพื่อสังคม, คณะบริหารธุรกิจเพื่อสังคม, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.



- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2556). (มส.ผส.) Foundation of Thai Gerontology Research and Development institute (TGRI) 1168 พหลโยธิน 22 แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900.
- วิทวัส คอยคำ และเบญจมา มุกตพันธ์. (2563). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบคลินิกหมอครอบครัวศูนย์แพทย์โนนหนามแท่ง อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ. *วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*. 14 (1), 37-48.
- สุพล ศิริ และคณะ. (2567) ปัจจัยที่ส่งผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดเพชรบูรณ์. *Interdisciplinary Academic and Research Journal*, 3 (6): November-December 2023 Old ISSN 2774-0374: New ISSN 2985-2749. สาขาวิชายุทธศาสตร์การพัฒนากุมิภาค มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- สุพล ศิริ, บุญทัน ดอกไธสง, พิเชฐ ทังโต. (2567). ปัจจัยที่ส่งผลต่อประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดเพชรบูรณ์. *วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์*. 7(1), 138-149.
- องค์การบริหารส่วนตำบลอาจสามารถ. (2562). *ข้อมูลพื้นฐานขององค์การบริหารส่วนตำบลอาจสามารถ อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม*. นครพนม: องค์การบริหารส่วนตำบลอาจสามารถ.
- อรสุดา ตันตยานนท์ และแดนวิชัย สายรักษา. (2566). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม. *Interdisciplinary Academic and Research*. ปริญญาโทสาขาวิชายุทธศาสตร์การพัฒนากุมิภาค มหาวิทยาลัยราชภัฏ.
- The WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position Paper from the World Health Organization. *Social Science and Medicine*. 41, 1403-1409.