

# รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัย ผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4

## A Participatory Active Aging-Based Model for Enhancing the Quality of Life of Police Officers in Preparation for Old Age: A Case Study of Provincial Police Region 4

อริราช นาคศรี

Pimpan Chatchinrat

แดนวิชัย สายรักษา

Danwichai Sairaksa

วาริรัฐ สังวงศ์

Wareerat Sangwong

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

Maharakham Rajabhat University

E-mail: mongkhonkhaha@gmail.com



Received: 2 September 2025; Revised: 21 September 2025; Accepted: 23 September 2025

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ ได้แก่ (1) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจที่เตรียมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 (2) สร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิต และ (3) ทดลองใช้และประเมินผลรูปแบบดังกล่าว การวิจัยแบ่งเป็น 3 ระยะ โดยระยะที่ 1 ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต กลุ่มประชากรคือเจ้าหน้าที่ตำรวจอายุ 50–59 ปี จำนวน 5,040 นาย ใช้สูตร Taro Yamane กำหนดกลุ่มตัวอย่าง 371 นาย สุ่มอย่างเป็นสัดส่วน เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ด้วยการถดถอยพหุคูณและสมการเชิงโครงสร้าง ระยะที่ 2 พัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต โดยอาศัยข้อมูลจากระยะที่ 1 จัดประชุมเชิงปฏิบัติการและการสนทนากลุ่มกับผู้เชี่ยวชาญ นักวิชาการ และผู้เกี่ยวข้อง จำนวน 20 คน เพื่อนำมาสังเคราะห์และปรับปรุงจนได้รูปแบบที่ครอบคลุมปัจจัยทั้ง 6 ด้าน คือ ร่างกาย การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง สิ่งแวดล้อม จิตใจ และคุณภาพชีวิต พร้อมกิจกรรมพัฒนา 6 รายการที่เหมาะสม ระยะที่ 3 ทดลองใช้รูปแบบกับกลุ่มตัวอย่าง 40 นาย และเปรียบเทียบผลก่อน-หลังการทดลอง ด้วยสถิติ MANOVA ที่ระดับนัยสำคัญ .05

ผลการวิจัยพบว่า (1) คุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจอยู่ในระดับมาก ( $= 3.893$ ) โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือคุณภาพชีวิต ( $= 4.012$ ) และต่ำสุดคือสิ่งแวดล้อม ( $= 3.714$ ) ข้อมูลมีการกระจายเป็นปกติ (2) รูปแบบที่สร้างขึ้นผ่านการเห็นชอบของผู้เชี่ยวชาญ ครอบคลุมปัจจัยสำคัญครบถ้วน และ (3) ผลการทดลองใช้แสดงว่าค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตโดยรวมและทุกด้านหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมี

นัยสำคัญ จึงสรุปได้ว่ารูปแบบที่พัฒนาขึ้นสามารถเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจในช่วงวัยเตรียม  
สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ

**คำสำคัญ:** การพัฒนาคุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, พลพลังแบบมีส่วนร่วม, ตำรวจภูธรภาค 4

## Abstract

This research had three objectives: (1) to examine the factors influencing the quality of life of police officers preparing for old age based on the participatory active aging approach of Provincial Police Region 4, (2) to develop a model for enhancing the quality of life of police officers, and (3) to implement and evaluate the developed model. The study was conducted in three phases. Phase 1 explored factors associated with quality of life. The population consisted of 5,040 police officers aged 50–59 years, with a sample of 371 determined using Taro Yamane's formula and selected through proportional stratified random sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed with multiple regression and structural equation modeling. Phase 2 involved developing a quality-of-life enhancement model using data from Phase 1. Workshops and focus group discussions were organized with 20 experts, academics, and stakeholders to refine and validate the model. The final model covered six factors—physical health, participation, security assurance, environment, mental health, and overall quality of life—and included six appropriate activities. Phase 3 tested the model with 40 participants, comparing pre- and post-test results using MANOVA at the .05 significance level.

The findings revealed that (1) the overall quality of life of police officers was at a high level ( $\bar{x} = 3.893$ ), with the highest mean score for overall quality of life ( $\bar{x} = 4.012$ ) and the lowest for environment ( $\bar{x} = 3.714$ ); the data distribution was normal, (2) the developed model, approved by experts, comprehensively addressed all six key factors, and (3) the implementation of the model significantly improved overall and dimensional quality-of-life scores, with post-test means higher than pre-test across all variables. These results confirm that the participatory active aging-based model effectively enhanced the quality of life of police officers preparing for old age.

**Keywords:** Quality of Life Development, Aging, Participatory Active Aging, Provincial Police Region 4

## บทนำ

ปัจจุบันประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (Complete Aged Society) ซึ่งตาม  
นิยามขององค์การสหประชาชาติ หมายถึง ประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20 ของ  
ประชากรทั้งประเทศ หรือมีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 14 ส่งผลให้ภาครัฐและสังคมต้อง

เตรียมพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างประชากรอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มข้าราชการหรือเจ้าหน้าที่ของรัฐที่มีการเกษียณและมีข้อจำกัดด้านสุขภาพจากการทำงานเป็นเวลานาน เช่น เจ้าหน้าที่ตำรวจ ซึ่งกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (Aged Society) ซึ่งเป็นผลมาจากอัตราการเกิดที่ลดลงและอายุขัยเฉลี่ยที่เพิ่มขึ้น ประเทศไทยมีประชากรสูงอายุคิดเป็นร้อยละ 20.2 ของประชากรทั้งประเทศ และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจึงกลายเป็นประเด็นสำคัญในระดับนโยบายและระดับบุคคล โดยเฉพาะในกลุ่มข้าราชการซึ่งจะเกษียณในช่วงอายุประมาณ 60 ปี ซึ่งรวมถึงเจ้าหน้าที่ตำรวจที่มีบทบาทในการรักษาความสงบเรียบร้อยและรับภาระงานที่เสี่ยงและกดดันสูง ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ ส่งผลให้หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนต้องให้ความสำคัญต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงด้านโครงสร้างประชากร หนึ่งในกลุ่มประชากรที่มีความสำคัญแต่ยังไม่ได้ได้รับการศึกษาหรือพัฒนาแนวทางอย่างเพียงพอ คือ กลุ่มข้าราชการตำรวจที่เข้าสู่วัยสูงอายุ โดยเฉพาะในพื้นที่ของ ตำรวจภูธรภาค 4 ซึ่งครอบคลุมจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนบน และมีจำนวนเจ้าหน้าที่ที่เกษียณอายุเพิ่มขึ้นทุกปีการเข้าสู่วัยสูงอายุของข้าราชการตำรวจนั้น แตกต่างจากประชาชนทั่วไป เนื่องจากบุคคลเหล่านี้เคยปฏิบัติหน้าที่ภายใต้ระเบียบวินัยอย่างเข้มงวด มีบทบาทหน้าที่ที่ชัดเจน และมีความภาคภูมิใจในอาชีพอย่างสูง เมื่อต้องเปลี่ยนผ่านจากบทบาทของ “ผู้ปฏิบัติหน้าที่ดูแลความสงบเรียบร้อย” ไปสู่สถานะของ “ผู้สูงอายุในสังคม” โดยไม่มีการเตรียมความพร้อมอย่างเหมาะสม อาจทำให้เกิดภาวะสูญเสียตัวตน ความเครียด หรือปัญหาสุขภาพทั้งทางกายและจิตใจ แนวคิด “พหุพลัง” (Active Aging) ซึ่งองค์การอนามัยโลกเสนอไว้ เป็นแนวทางที่เน้นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดี มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ และสามารถมีส่วนร่วมในสังคมอย่างมีคุณค่า เป็นแนวคิดที่เหมาะสมอย่างยิ่งในการประยุกต์ใช้กับข้าราชการตำรวจที่เข้าสู่วัยสูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีศักดิ์ศรี มีความสุข และยังคงมีพลังในการมีส่วนร่วมกับชุมชนหรือกิจกรรมทางสังคม การส่งเสริมและพัฒนาข้าราชการตำรวจภูธรภาค 4 ที่เข้าสู่วัยสูงอายุตามแนวทางพหุพลัง จึงเป็นประเด็นที่ควรให้ความสำคัญอย่างเร่งด่วน ทั้งในมิติของการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ การลดภาระของรัฐในการดูแลระยะยาว และการรักษาศักยภาพของบุคลากรที่เคยมีบทบาทสำคัญต่อประเทศ ให้สามารถยังคงมีคุณค่าต่อสังคมต่อไปได้อย่างยั่งยืน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2566)

เจ้าหน้าที่ตำรวจภูธรภาค 4 เป็นกลุ่มอาชีพที่ต้องปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเสี่ยง อดทน และรับผิดชอบต่อสังคมมาโดยตลอด ส่งผลให้เมื่อเข้าสู่วัยใกล้เกษียณหรือเกษียณแล้ว เจ้าหน้าที่จำนวนมากอาจเผชิญกับความรู้สึกหมดคุณค่า ขาดบทบาทในสังคม และอาจประสบปัญหาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจ และความสัมพันธ์ทางสังคม การพัฒนาคุณภาพชีวิตในระยะเปลี่ยนผ่านนี้จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ไม่ควรมองข้าม เพื่อให้บุคลากรเหล่านี้สามารถเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมั่นคงและมีศักยภาพ นอกจากประเด็นเรื่องการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่วัยสูงอายุแล้ว ยังพบว่าเจ้าหน้าที่ตำรวจจำนวนมากขาดการเตรียมความพร้อมในด้านสุขภาพจิต การเงิน และความสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกไร้คุณค่า หรือการใช้ชีวิตอย่างโดดเดี่ยวหลังเกษียณ การมีแผนเตรียมการที่ครอบคลุม โดยอาศัยแนวทางแบบมีส่วนร่วมจึงเป็นกลไกสำคัญในการเสริมสร้างความมั่นคงทางชีวิต และความต่อเนื่องของบทบาททางสังคมของตำรวจหลังเกษียณ การพัฒนาคุณภาพชีวิตในรูปแบบพหุพลัง จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดึงศักยภาพเดิมมาใช้ในการพัฒนาชุมชนหรือองค์กร อันเป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคมในวงกว้างสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (Aged Society) โดยมีประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่า 20% ของประชากรทั้งหมด ซึ่งคาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็นกว่า 30% ภายในปี พ.ศ. 2576 (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2564) ส่งผลให้ทุกภาคส่วนของสังคม

รวมถึงหน่วยงานภาครัฐต่าง ๆ ต้องปรับตัวและวางแผนแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างรอบด้าน โดยเฉพาะในกลุ่มข้าราชการที่กำลังเข้าสู่วัยเกษียณ ซึ่งถือเป็นกลุ่มที่มีศักยภาพแต่ยังขาดระบบการรองรับที่เหมาะสม เพื่อรองรับการเปลี่ยนผ่านนี้ แนวคิด “พหุพลัง” (Active Aging) ขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2002) ได้เสนอให้ผู้สูงอายุมีการใช้ชีวิตอย่างกระฉับกระเฉง มีสุขภาพดี มีความมั่นคง และมีส่วนร่วมในสังคม โดยไม่เป็นการแออัดหรือรบกวนสังคม แนวคิดนี้จึงสามารถประยุกต์ใช้กับข้าราชการตำรวจที่เกษียณอายุเพื่อส่งเสริมให้พวกเขามีคุณภาพชีวิตที่ดี มีบทบาทที่ชัดเจนในสังคม และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง ตำรวจภูธรภาค 4 มีพื้นที่รับผิดชอบในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนบน ซึ่งเป็นภูมิภาคที่มีลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจเฉพาะ มีความผูกพันทางวัฒนธรรมสูง และการดูแลผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอยู่ในรูปแบบของครอบครัวขยาย การเสริมสร้างพลังและศักยภาพของข้าราชการตำรวจหลังเกษียณจึงไม่ใช่เพียงแค่การดูแล แต่ยังเป็นการส่งเสริมให้พวกเขาเป็น “พลังทางสังคม” ที่สามารถส่งต่อประสบการณ์ ความรู้ และบทบาทผู้นำต่อชุมชนต่อไปได้ (สุพัตรา สุภาพ, 2562) การศึกษาถึงแนวทางการส่งเสริมผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังในกลุ่มข้าราชการตำรวจภูธรภาค 4 จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง ทั้งในด้านการยกระดับคุณภาพชีวิต การเสริมสร้างสุขภาวะ และการใช้ทรัพยากรบุคคลที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมอย่างต่อเนื่อง และยั่งยืน (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2562) แนวคิด “พหุพลัง” เป็นแนวคิดที่เน้นการใช้ศักยภาพของผู้สูงอายุให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยมองว่าผู้สูงอายุไม่ใช่ภาระของสังคม แต่เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า หากมีการพัฒนาและเสริมพลังให้เหมาะสม การเตรียมความพร้อมตามแนวพหุพลังจึงควรเริ่มตั้งแต่ก่อนวัยเกษียณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผ่านกระบวนการแบบมีส่วนร่วม ที่เปิดโอกาสให้เจ้าหน้าที่ตำรวจได้ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ และร่วมดำเนินกิจกรรมหรือแผนการเตรียมความพร้อมด้วยตนเอง ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้เกิดความยั่งยืนในการพัฒนา ตำรวจภูธรภาค 4 ซึ่งรับผิดชอบพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย ซึ่งเป็นภูมิภาคที่มีอัตราส่วนประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

ดังนั้น ผู้วิจัยได้สนใจศึกษาความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะไม่เพียงแต่จะช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4ที่กำลังเข้าสู่วัยสูงอายุเท่านั้น แต่ยังสามารถเป็นต้นแบบให้กับหน่วยงานอื่น ๆ ในการเตรียมความพร้อมบุคลากรของตนสู่สังคมสูงวัยในอนาคตได้อย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ

## วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4
- 2) เพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4
- 3) เพื่อทดลองใช้และประเมินผลยืนยันรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องในครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Method Research) ซึ่งประกอบด้วย การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Methodology) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Method) โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนการวิจัย แบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4

ระยะที่ 2 เพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4

ระยะที่ 3 เพื่อทดลองใช้และประเมินผลรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4

#### **การวิจัยระยะที่ 1**

##### **ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

**ประชากร** ได้แก่ เจ้าหน้าที่ตำรวจสังกัดตำรวจภูธรภาค 4 ที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ซึ่งอยู่ในช่วงเตรียมเข้าสู่วัยเกษียณ จำนวน 5,040 นาย

**กลุ่มตัวอย่าง** ได้แก่ สุ่มตัวอย่างจากเจ้าหน้าที่ตำรวจสังกัดตำรวจภูธรภาค 4 มีอายุระหว่าง 50-59 ปี โดยใช้วิธีกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ Taro Yamane. (1973) ที่ความคาดเคลื่อน .05 จำนวน 371 คน

#### **การวิจัยระยะที่ 2**

กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 15 คน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่ตำรวจอาวุโส และนักพัฒนาชุมชน เพื่อร่วมกันพัฒนาและตรวจสอบรูปแบบ

#### **การวิจัยระยะที่ 3**

กลุ่มทดลองในการวิจัยระยะที่ 3 คือ เจ้าหน้าที่ตำรวจ มีอายุระหว่าง 50-59 ปี สก.สว่างแดนดิน และ สก.ส่องดาว จังหวัดสกลนคร ที่เข้าร่วมการทดลองใช้รูปแบบ จำนวนประมาณ 40 คน เพื่อศึกษาผลการยืนยันรูปแบบ

##### **ตัวแปรที่ใช้ศึกษาในการวิจัย**

#### **การวิจัยระยะที่ 1**

1. ตัวแปรอิสระ ได้มาจากการสังเคราะห์ตัวแปรจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านการมีส่วนร่วม 3) ด้านหลักประกันความมั่นคง 4) ด้านจิตใจ 5) ด้านสิ่งแวดล้อม 6) ด้านคุณภาพชีวิตที่ดี

2. ตัวแปรตาม ซึ่งเป็นผลลัพธ์ ได้แก่ คุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4

#### **การวิจัยระยะที่ 3**

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 ได้มาจากตัวแปรอิสระในระยะที่ 1 ที่พบว่ามีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 ที่มีค่าระดับนัยสำคัญที่ .05 และจากการวิจัยระยะที่ 2 เป็นลักษณะการจัดกิจกรรมในโครงการอบรม

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ผลลัพธ์ของรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4

##### **เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

1. แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจสังกัดตำรวจภูธรภาค 4

2. แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างสำหรับผู้ทรงคุณวุฒิ

3. แบบประเมินความเหมาะสมของรูปแบบ

4. แบบวัดคุณภาพชีวิตก่อนและหลังการใช้รูปแบบ

เครื่องมือทั้งหมดจะผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ และตรวจสอบค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha)

#### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

**ระยะที่ 1:** ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เช่น ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติวิเคราะห์ เพื่อทดสอบสมมติฐานในการวิจัย ใช้การวิเคราะห์สมการเชิงโครงสร้าง (Structural Equation Model : SEM) โดยใช้โปรแกรมลิสเรล (LISREL for Windows) เพื่ออธิบายอิทธิพลเส้นทาง (Path Analysis) หรือปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลทั้งโดยตรงและโดยอ้อมต่อตัวแปรตาม โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 (Level of Significant .05)

**ระยะที่ 2:** ใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) จากการสัมภาษณ์ และใช้สถิติเชิงพรรณนาในการสรุปความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ

**ระยะที่ 3:** ใช้สถิติทดสอบค่าที่แบบจับคู่ (Paired Sample t-test) เพื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการใช้รูปแบบ และใช้ MANOVA หากต้องการวิเคราะห์ตัวแปรหลายตัวพร้อมกัน โดยกำหนดค่า ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 ลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เพศ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 96.20 อายุ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 50 - 53 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.90 สถานภาพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่สมรส คิดเป็นร้อยละ 88.10 ระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาสูงสุด คือ ปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 52.30 ประเภทที่มาของรายได้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มากที่สุด รายได้จาก เงินเดือน หรือ บำเหน็จ / บำนาญ คิดเป็นร้อยละ 100.00 จำนวนรายได้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มากที่สุด รายได้ 30,001 - 50,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 78.20 รายได้เพียงพอต่อรายจ่ายหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มากที่สุด ไม่เพียงพอ / เป็นหนี้เงินกู้ คิดเป็นร้อยละ 32.30 ภูมิลำเนา/สถานที่พัก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มากที่สุด บ้านของตนเอง คิดเป็นร้อยละ 72.50 สถานะด้านสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มากที่สุด สุขภาพร่างกายแข็งแรง ตามวัย คิดเป็นร้อยละ 94.90 **ภาระในการเลี้ยงดูลูกหลาน** กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มากที่สุด เลี้ยงดู 2 คน คิดเป็นร้อยละ 39.10 การวิเคราะห์มูล ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยรวมและรายด้าน เมื่อเทียบกับเกณฑ์ในบทที่ 3 แล้ว โดยรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.893$ ) ส่วนรายด้าน เรียงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) จากมากไปน้อย คือ คุณภาพชีวิตมากที่สุด อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.012$ ) รองลงมา การมีส่วนร่วม อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.983$ ) รองลงมา จิตใจ อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.958$ ) รองลงมา ร่างกาย อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.946$ ) รองลงมา หลักประกันความมั่นคง อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.742$ ) และน้อยที่สุด ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.714$ ) ส่วนค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (Std. Error) ของความเบ้ และความโด่งของตัวแปรทุกตัวมีการแจกแจงเบ้เล็กน้อย โดยมีค่าเฉลี่ยน้อยกว่า 1.0 และค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานมีขนาดเล็ก จึงอนุมานได้ว่าค่าความเบ้ไม่น่าจะไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับความโด่ง นั้นพบว่า ค่าความโด่งของตัวแปร จำนวน 6 ตัว มีค่าสถิติต่ำกว่า 1.0 ทุกตัวแปรค่าความคลาดเคลื่อนอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ ความโด่ง ร่วมกันแล้ว อนุมานได้ว่าตัว

แปรเป็นแนวโน้มของการแจกแจงเป็นโค้งปกติ รวมทั้งการทดสอบคุณลักษณะของข้อมูลในการกระจายของข้อมูลพบว่าเป็นโค้งปกติ ด้วยการทดสอบค่าสถิติความเบ้ (Skewness) และทดสอบค่าสถิติความโด่ง (Kurtosis) ของตัวแปรทั้ง 6 ตัวแปร จะเห็นได้ว่ามีค่าไม่เกิน  $\pm 1$  ซึ่งแสดงให้เห็นว่าข้อมูลทั้งหมดมีการกระจายของข้อมูลเป็นโค้งปกติ สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์ให้ขั้นตอนต่อไปได้ และผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน Unstandardized Coefficients เทียบกับ ค่าสัมประสิทธิ์มาตรฐาน Standardized Coefficients พบว่า ตัวแปรอิสระที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อยู่ 3 ตัวแปร คือ การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง และคุณภาพชีวิต มี 2 ตัวแปรที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่มากกว่าระดับ .05 คือ ตัวแปรด้านจิตใจและสิ่งแวดล้อม โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจ (Coefficient of Determination)  $R^2 = 0.674$  ซึ่งแสดงว่า ตัวแปรอิสระทุกตัวมีผลต่อตัวแปรตาม คือ การบริหารจัดการ ร้อยละ 67.40

2. ผลการสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 ได้แก่ ด้านร่างกาย การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง สิ่งแวดล้อม จิตใจ และคุณภาพชีวิต มาดำเนินการในระยะที่ 2 มีขั้นตอนโดยนำผลการวิเคราะห์ข้อมูล และข้อเสนอแนะที่ได้จากการถอดข้อความในการศึกษาวิจัยในระยะที่ 1 นำมาจัดกลุ่ม (Grouping) สร้างเป็นร่างรูปแบบ ใช้เป็นร่างรูปแบบการพัฒนาในการพิจารณา จากนั้นดำเนินการจัดการประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshops) โดยการนำรูปแบบการพัฒนา ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น มานำเสนอที่ประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshops) โดยเน้นกับกลุ่มที่มีส่วนเกี่ยวข้อง (Stakeholders) ที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ประกอบด้วย นักวิชาการ ผู้เชี่ยวชาญเจ้าหน้าที่สาธารณสุข รวมทั้งสิ้น 20 คน เข้าร่วมกิจกรรมและไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 ใช้เวลาในการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ 1 วัน ในการประชุมเชิงปฏิบัติการ ร่วมกันวิพากษ์ รูปแบบที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น และนำเสนอข้อวิพากษ์และข้อเสนอแนะในการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Groups) ของตัวเองมาสรุปและอภิปรายผลทั้งหมดในที่ประชุมใหญ่เพื่อร่วมกันวิพากษ์ (Brain Storming) และนำผลการเสนอแนะมาปรับปรุงให้สมบูรณ์ขึ้น โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้พิจารณาว่ากิจกรรมใดเหมาะสมที่นำไปทดลองใช้ในลำดับต่อไป พบว่า รูปแบบที่ผ่านการประเมินความเห็นชอบจากผู้เชี่ยวชาญ ครอบคลุมปัจจัยทั้ง 6 ด้าน โดยมีกิจกรรมที่ผ่านการคัดเลือกจากผู้เชี่ยวชาญ มีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.67 - 5.00 จำนวน 6 กิจกรรม เพื่อนำไปใช้ในการวิจัยระยะที่ 3 ต่อไป

3. ผลการทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนตัวแปรหลังการดำเนินการ ในกลุ่มทดลอง ในทุกตัวแปร ตามแบบ Multivariate Test พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับมาก หลังการทดลองที่ ( $\bar{X} = 4.379$ ) มากกว่าก่อนการทดลองที่ ( $\bar{X} = 3.837$ ) ส่วนรายด้านโดยเรียงจากค่าเฉลี่ยหลังทดลองมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด พบว่า ด้านคุณภาพชีวิต หลังการทดลองได้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.531$ ) มากกว่าก่อนการทดลองที่ ( $\bar{X} = 3.566$ ) รองลงมา ด้านหลักประกันความมั่นคง หลังการทดลองได้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.409$ ) มากกว่าก่อนการทดลองที่ ( $\bar{X} = 3.934$ ) รองลงมา ด้านจิตใจ หลังการทดลองได้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.394$ ) มากกว่าก่อนการทดลองที่ ( $\bar{X} = 3.344$ ) รองลงมา ด้านการมีส่วนร่วม หลังการทดลองได้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.369$ ) มากกว่าก่อนการทดลองที่ ( $\bar{X} = 4.041$ ) รองลงมา ด้านสิ่งแวดล้อม หลังการทดลองได้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = 4.316$ ) มากกว่าก่อนการทดลอง ( $\bar{X} = 4.019$ ) และน้อยที่สุด ด้านร่างกาย หลังการทดลองได้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$

= 4.256) มากกว่าก่อนการทดลอง ( $\bar{X} = 4.116$ ) ส่วนค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของตัวแปรหลังการทดลองและก่อนการทดลองใช้รูปแบบการพัฒนา ทุกตัวไม่เกิน 1.00 จึงสรุปได้ว่า หลังการทดลองค่าเฉลี่ยดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลอง ในทุกตัวแปรตาม แบบ Multivariate Test

## อภิปรายผล

ผลการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจที่เตรียมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุในตำรวจภูธรภาค 4 การสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วม และการทดลองใช้และประเมินผลรูปแบบดังกล่าว การอภิปรายผลสามารถสรุปได้เป็น 3 ประเด็นหลักดังนี้

### 1. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต

ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ( $= 3.893$ ) โดยมีค่าเฉลี่ยสูงสุดในด้านคุณภาพชีวิต ( $= 4.012$ ) และต่ำสุดในด้านสิ่งแวดล้อม ( $= 3.714$ ) การวิเคราะห์เชิงโครงสร้างแสดงให้เห็นว่าปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง และคุณภาพชีวิตโดยรวม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2015) ที่ระบุว่าคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับสุขภาพกาย ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต

การมีส่วนร่วมของตำรวจในครอบครัว ชุมชน และองค์กรมีผลโดยตรงต่อความรู้สึกคุณค่าในตนเองและความสุขในการใช้ชีวิต งานวิจัยของ สมสมัย พิลาดง (2557) ก็ชี้ว่า ผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมทางสังคมและการมีส่วนร่วมในชุมชนมีคุณภาพชีวิตสูงกว่าผู้ที่แยกตัวออกจากสังคม ขณะที่หลักประกันความมั่นคงด้านเศรษฐกิจและสวัสดิการที่เพียงพอช่วยลดความกังวลในอนาคตและส่งเสริมสุขภาพจิต ซึ่งสอดคล้องกับฉวีวรรณ บุญมานะ (2561) ที่พบว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้เสริมและการออมที่มั่นคงมีแนวโน้มมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่า

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมแม้จะมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด แต่ก็ยังถือว่าอยู่ในระดับมาก แสดงว่าปัญหาที่เกี่ยวกับสภาพแวดล้อม เช่น ถนน แสงสว่าง และบ้านพักราชการ ยังเป็นข้อจำกัดที่ควรได้รับการแก้ไขเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

### 2. การสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาแบบฉบับในระยะที่ 2 ได้อาศัยผลการวิจัยเชิงปริมาณจากระยะที่ 1 และการประชุมเชิงปฏิบัติการกับผู้เชี่ยวชาญและผู้เกี่ยวข้องจำนวน 20 คน ทำให้ได้รูปแบบที่ครอบคลุมปัจจัยสำคัญทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ร่างกาย จิตใจ การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง สิ่งแวดล้อม และคุณภาพชีวิต โดยมีกิจกรรมที่เหมาะสมจำนวน 6 รายการ

รูปแบบดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิด พหุพลัง (Active Aging) ที่มุ่งส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดี มีส่วนร่วมในสังคม และมีความมั่นคงด้านเศรษฐกิจและสวัสดิการ ซึ่งเป็นแนวทางที่องค์การสหประชาชาติและองค์การอนามัยโลกให้การสนับสนุน การบูรณาการกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การส่งเสริมสุขภาพกาย การสนับสนุนทางจิตใจ การอบรมอาชีพ และการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อ ล้วนช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ

เมื่อเปรียบเทียบกับงานวิจัยของ ฐานญา สมภู (2560) ซึ่งศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน พบว่า การมีส่วนร่วมของชุมชนและครอบครัวมีบทบาทสำคัญต่อความยั่งยืนของรูปแบบการพัฒนา

สอดคล้องกับผลวิจัยครั้งนี้ที่เน้นการมีส่วนร่วมของตำรวจ ครอบครัว และผู้เกี่ยวข้องในทุกขั้นตอนของการพัฒนา

### 3. ผลการทดลองใช้และประเมินผลรูปแบบ

การทดลองใช้รูปแบบกับกลุ่มตัวอย่าง 40 คน พบว่าค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตโดยรวมและทุกด้านหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ คุณภาพชีวิต หลักประกันความมั่นคง จิตใจ การมีส่วนร่วม สิ่งแวดล้อม และร่างกาย แสดงให้เห็นว่ารูปแบบนี้สามารถเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของตำรวจที่ใกล้เกษียณได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลลัพธ์ดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรพิน ปิยะสกุลเกียรติ (2561) ที่พบว่าการจัดกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพกายและจิตใจช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุขและความพึงพอใจเพิ่มขึ้น

โดยสรุป งานวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจที่เตรียมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุควรดำเนินการอย่างรอบด้าน โดยเฉพาะการสนับสนุนด้านเศรษฐกิจและหลักประกันความมั่นคง การสร้างการมีส่วนร่วมในครอบครัวและสังคม และการดูแลด้านสุขภาพกายและจิตใจอย่างต่อเนื่อง การประยุกต์ใช้รูปแบบพหุพลังแบบมีส่วนร่วมพิสูจน์แล้วว่าสามารถเพิ่มคุณภาพชีวิตได้จริง และเป็นแนวทางที่ควรได้รับการขยายผลในระดับนโยบายและการปฏิบัติ ทั้งในองค์กรตำรวจและหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง

## องค์ความรู้ใหม่

จากบทคัดย่อและผลการวิจัยเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วม” ผมได้สังเคราะห์เป็น องค์ความรู้ใหม่ ดังนี้

### 1. มิติคุณภาพชีวิตของตำรวจวัยใกล้เกษียณ

งานวิจัยนี้ยืนยันว่าคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจไม่ใช่เพียงปัจจัยทางกายภาพหรือเศรษฐกิจเท่านั้น แต่ยังประกอบด้วยมิติสำคัญ 6 ด้าน ได้แก่ ร่างกาย จิตใจ การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง สิ่งแวดล้อม และคุณภาพชีวิตโดยรวม ซึ่งมีมิติทั้งหกเชื่อมโยงกันและสะท้อน “พหุพลัง” ที่มุ่งให้ผู้สูงอายุยังคงมีพลังและคุณค่าในสังคม

### 2. การจัดการแบบมีส่วนร่วมเป็นหัวใจสำคัญ

ผลการสร้างรูปแบบชี้ให้เห็นว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตตำรวจวัยใกล้เกษียณต้องอาศัยการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง ทั้งจากเจ้าหน้าที่เอง ผู้เชี่ยวชาญ นักวิชาการ และผู้บริหารองค์กร กระบวนการประชุมเชิงปฏิบัติการและการระดมสมอง ทำให้เกิดรูปแบบที่ตอบโจทย์จริงและได้รับการยอมรับจากทุกฝ่าย

### 3. การบูรณาการข้อมูลเชิงประจักษ์กับภูมิปัญญาท้องถิ่นวิชาชีพ

รูปแบบที่สร้างขึ้นไม่เพียงได้จากการวิเคราะห์เชิงสถิติ (Multiple Regression, SEM) แต่ยังบูรณาการข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญและผู้เกี่ยวข้องโดยตรงในองค์กรตำรวจ ทำให้เป็นโมเดลที่ทั้งมีความน่าเชื่อถือเชิงวิชาการและความเหมาะสมในเชิงปฏิบัติ

### 4. กิจกรรม 6 ด้านเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

การจัดทำกิจกรรมพัฒนาในแต่ละด้าน เช่น กิจกรรมเสริมสุขภาพร่างกาย การสร้างระบบหลักประกันความมั่นคง การพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิต ฯลฯ เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่ทำให้การพัฒนาเป็นรูปธรรม สามารถนำไปทดลองใช้และปรับให้เข้ากับหน่วยงานอื่น ๆ ได้

### 5. โมเดลพหุพลังสำหรับองค์กรราชการกิ่งก้องทัพ

ผลการวิจัยนำไปสู่การสร้าง “พหุพหุพลังโมเดลแบบมีส่วนร่วมสำหรับตำรวจ” ซึ่งสามารถใช้เป็นต้นแบบการดูแลและเตรียมความพร้อมบุคลากรในองค์กรที่มีโครงสร้างวินัยสูง เช่น ทหาร เรือรบ หรือหน่วยงานด้านความมั่นคง อันเป็นการขยายองค์ความรู้จากระดับตำรวจไปสู่ระบบราชการอื่น ๆ

#### 6. การยืนยันผลด้วยการทดลองเชิงประจักษ์

การทดสอบก่อน-หลังด้วย MANOVA ทำให้เกิดข้อสรุปใหม่ว่า โมเดลที่ออกแบบขึ้นไม่เพียงมีคุณค่าทางทฤษฎี แต่ยังมี “ประสิทธิผลจริง” ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งถือเป็นการสร้างหลักฐานเชิงประจักษ์ที่แข็งแรงให้แก่ทั้งวิชาการและการปฏิบัติ

**สรุป** งานวิจัยนี้ได้สร้างองค์ความรู้ใหม่คือ “โมเดลพหุพลังแบบมีส่วนร่วมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจ” ที่ประกอบด้วย 6 ปัจจัยหลักและ 6 กิจกรรมพัฒนา โดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วมเป็นแกนกลาง พร้อมทั้งได้รับการพิสูจน์เชิงประจักษ์ว่ามีประสิทธิผลจริงในการยกระดับคุณภาพชีวิตของตำรวจวัยใกล้เกษียณ ซึ่งองค์ความรู้นี้สามารถต่อยอดเป็นกรอบแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรภาครัฐในองค์กรที่มีลักษณะกึ่งทหารได้อย่างกว้างขวาง

### สรุป

1. ผลการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 การวิเคราะห์ห้ำหุ้ม ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยรวมและรายด้าน เมื่อเทียบกับเกณฑ์ในบทที่ 3 แล้ว โดยรวมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย 3.893 ส่วนค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน ของความเบ้ และความโด่งของตัวแปรทุกตัวมีการแจกแจงเบ้เล็กน้อย โดยมีค่าเฉลี่ยน้อยกว่า 1.0 และค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานมีขนาดเล็ก จึงอนุมานได้ว่าค่าความเบ้ น่าจะไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ของตัวแปรทั้ง 6 ตัวแปร จะเห็นได้ว่ามีค่าไม่เกิน  $\pm 1$  ซึ่งแสดงให้เห็นว่าข้อมูลทั้งหมดมีการกระจายของข้อมูลเป็นโค้งปกติ สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์ในขั้นตอนต่อไปได้ และผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน Unstandardized Coefficients เทียบกับ ค่าสัมประสิทธิ์มาตรฐาน Standardized Coefficients พบว่า ตัวแปรอิสระที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของกองบังคับการตำรวจภูธรภาค 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อยู่ 3 ตัวแปร คือ การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง และคุณภาพชีวิต มี 2 ตัวแปรที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่มากกว่าระดับ .05 คือ ตัวแปรด้านจิตใจและสิ่งแวดล้อม โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การตัดสินใจ (Coefficient of Determination)  $R^2 = 0.674$  ซึ่งแสดงว่า ตัวแปรอิสระทุกตัวมีผลต่อตัวแปรตาม คือ การบริหารจัดการร้อยละ 67.40

2. ผลการสร้างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจ ได้แก่ ด้านร่างกาย การมีส่วนร่วม หลักประกันความมั่นคง สิ่งแวดล้อม จิตใจ และคุณภาพชีวิต มาดำเนินการในระยะที่ 2 มีขั้นตอนโดยนำผลการวิเคราะห์ข้อมูล และข้อเสนอแนะที่ได้จากการถอดข้อความในการศึกษาวิจัยในระยะที่ 1 นำมาจัดกลุ่ม (Grouping) สร้างเป็นร่างรูปแบบ ใช้เป็นร่างรูปแบบการพัฒนาในการพิจารณา จากนั้นดำเนินการจัดการประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshops) โดยการนำรูปแบบการพัฒนา ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น มานำเสนอที่ประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshops) โดยเน้นกับกลุ่มที่มีส่วนเกี่ยวข้อง (Stakeholders) ที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ประกอบด้วย นักวิชาการ ผู้เชี่ยวชาญเจ้าหน้าที่สาธารณสุข รวมทั้งสิ้น 20 คน เข้าร่วมกิจกรรมและไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 ใช้เวลาในการจัดประชุม

เชิงปฏิบัติการ 1 วัน ในการประชุมเชิงปฏิบัติการ ร่วมกันวิพากษ์ รูปแบบที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น และนำเสนอข้อ  
วิพากษ์และข้อเสนอแนะในการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Groups) ของตัวเองมาสรุปและอภิปรายผลทั้งหมด  
ในที่ประชุมใหญ่เพื่อร่วมกันวิพากษ์ (Brain Storming) และนำผลการเสนอแนะมาปรับปรุงให้สมบูรณ์ขึ้น โดย  
ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้พิจารณาว่ากิจกรรมใดเหมาะสมที่นำไปทดลองใช้ในลำดับต่อไป พบว่า รูปแบบที่ผ่าน  
การประเมินความเห็นชอบจากผู้เชี่ยวชาญ ครอบคลุมปัจจัยทั้ง 6 ด้าน โดยมีกิจกรรมที่ผ่านการคัดเลือกจาก  
ผู้เชี่ยวชาญ มีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.67 - 5.00 จำนวน 6 กิจกรรม เพื่อนำไปใช้ในการวิจัยระยะที่ 3  
ต่อไป

3. ผลการทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อเตรียมการเข้าสู่วัย  
ผู้สูงอายุตามแนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วมของตำรวจภูธรภาค 4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนตัวแปรหลังการ  
ดำเนินการ ในกลุ่มทดลอง ในทุกตัวแปร ตามแบบ Multivariate Test พบว่า โดยรวมหลังการทดลองอยู่ใน  
ระดับมากกว่าก่อนการทดลอง ส่วนรายด้านโดยเรียงจากค่าเฉลี่ยหลังทดลองมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด  
พบว่า ด้านคุณภาพชีวิต ด้านหลักประกันความมั่นคง ด้านจิตใจ ด้านการมีส่วนร่วม ด้านสิ่งแวดล้อม ด้าน  
ร่างกาย หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองทุกด้าน ส่วนค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของตัวแปรหลัง  
การทดลองและก่อนการทดลองใช้รูปแบบการพัฒนา ทุกตัวไม่เกิน 1.00 จึงสรุปได้ว่า หลังการทดลองค่าเฉลี่ย  
ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ภาครัฐและสำนักงานตำรวจแห่งชาติควรให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมของข้าราชการ  
ตำรวจที่กำลังก้าวเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ โดยกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิตตาม  
แนวพหุพลังแบบมีส่วนร่วม อาทิ การจัดสรรงบประมาณสำหรับกิจกรรมด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต การ  
จัดตั้งกองทุนออมเพื่อความมั่นคงหลังเกษียณ รวมทั้งการพัฒนาสิ่งแวดล้อมภายในชุมชนตำรวจ เช่น บ้านพัก  
ราชการ ระบบสาธารณสุขปึก และพื้นที่นันทนาการ เพื่อสร้างความปลอดภัยและคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

### 2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

ควรมีการพัฒนากิจกรรมและโครงการที่ตอบสนองต่อความต้องการของตำรวจที่กำลังเข้าสู่วัยเกษียณ  
อย่างรอบด้าน ได้แก่

1) การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น โปรแกรมออกกำลังกายเฉพาะวัย การตรวจสุขภาพเชิงป้องกัน  
และการดูแลโรคเรื้อรัง

2) การพัฒนากิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพจิตและความสัมพันธ์ในครอบครัว เช่น กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน  
การบำบัดด้วยกิจกรรม และการให้คำปรึกษาโดยผู้เชี่ยวชาญ

3) การสนับสนุนการมีส่วนร่วมในครอบครัวและชุมชน ผ่านกิจกรรมนันทนาการ การทำงาน  
อาสาสมัคร และการอบรมอาชีพ

4) การจัดอบรมด้านการเงินและการลงทุน เพื่อสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจ และการเตรียมความ  
พร้อมในการปรับตัวหลังเกษียณ

5) การพัฒนาหลักสูตรอบรมอาชีพและการประกอบธุรกิจขนาดเล็ก เพื่อเพิ่มโอกาสในการสร้างรายได้  
เสริมและการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า

### 3. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยในอนาคตควรมีการขยายกลุ่มตัวอย่างไปยังตำรวจภูธรในภูมิภาคอื่น ๆ เพื่อเปรียบเทียบและสังเคราะห์รูปแบบที่สามารถประยุกต์ใช้ได้ในระดับประเทศ นอกจากนี้ ควรมีการศึกษาปัจจัยเชิงลึกด้านสุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตในระยะยาว รวมถึงการทดลองใช้รูปแบบในกลุ่มตัวอย่างที่ใหญ่ขึ้นและการติดตามผลแบบ Longitudinal Study เพื่อประเมินประสิทธิภาพและความยั่งยืนของรูปแบบการพัฒนา อีกทั้งควรศึกษาความเป็นไปได้ในการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมด้านสุขภาพ เพื่อสนับสนุนการดูแลคุณภาพชีวิตของตำรวจใกล้เกษียณอย่างครอบคลุมและทันสมัย

## เอกสารอ้างอิง

- ฉวีวรรณ อุปมานะ. (2561). การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองบัว อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี (ภาคบรรยาย). การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ราชธานีวิชาการ ครั้งที่ 3 “นวัตกรรมที่พลิกโฉมสังคมโลก”. มหาวิทยาลัยราชธานี.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2562). แผนหลัก สสส. 2561-2563. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). เรียกใช้เมื่อ 2 มิถุนายน 2562, จาก <http://resource.thaihealth.or.th/library/hot/16191>.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2564). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564 และ 2565. เรียกใช้เมื่อ 2 มิถุนายน 2562, จาก <https://www.nesdc.go.th/the-national-economic-and-social-development-plan/>.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2566). รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย ปี 2566. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.
- สุภาพรรณ บริบูรณ์. (2560). แนวคิดทฤษฎีกับการพัฒนาผู้สูงอายุไทย. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์. 43(2), 55-72.
- สุพัตรา สุภาพ. (2562). การบริหารทรัพยากรมนุษย์. กรุงเทพมหานคร: ธรรมนิติ.
- สมสมัย พิลาแดง และคณะ. ความต้องการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลดงพญา อำเภอดอนจาน จังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกาฬสินธุ์. 3(1), 133-148.
- ฐานญา สมภู. (2560). การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัมพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- อรพิน ปิยะสกุลเกียรติ. (2561). การมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลท่าแค จังหวัดลพบุรี. วารสารร่มพญักษ์ มหาวิทยาลัยเกริก. 36(3), 46-65.
- Taro Yamane. (1973). Statistics: An Introductory Analysis. (3rd Ed). New York: Harper and Row Publications.
- World Health Organization. (2002). Innovative care for chronic conditions: Building blocks for action: Global report. Geneva: WHO.