

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร
Factors Affecting the Quality of Life Development of The Elderly in
Pasicharoen District Bangkok

อัญรัช สาริกัลยะ

Anyarat Sarikulya

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Suan Sunandha Rajabhat University

Email: anyratsari@gmail.com

Received: 2020-10-31; Revised: 2020-12-09; Accepted: 2020-12-11

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร และ 3) เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีจำนวนประชากรทั้งหมด 26,072 คน โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างจำนวน 393 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างโดยใช้ทฤษฎีความน่าจะเป็นด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ผลการวิจัย พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ได้แก่ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านร่างกาย คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้าน คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสิ่งแวดล้อม

ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ตามลำดับ

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ทางสังคม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตทางเพศ อยู่ในระดับมาก รองลงมา ท่านมีความรู้สึกพอใจกับสัมพันธ์ภาพระหว่าง ท่านกับสมาชิกในครอบครัว ท่านสามารถให้การช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัว ตามลำดับ

คำสำคัญ: การพัฒนา, คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ

Abstract

Research subject Factors affecting the quality of life development of the elderly in Phasi Charoen District, Bangkok. The objectives are 1) to study the quality of life of the elderly in Phasi Charoen District, Bangkok. 2) to study the factors affecting the quality of life development of the elderly in the PhasiCharoen District, Bangkok, and 3) to propose guidelines for the development of the quality of life of the elderly in the PhasiCharoen District, Bangkok. PhasiCharoen, Bangkok. According to the quality of life of the elderly consisting of physical, mental, social relationships and environmental Classified by personal status, consisting of gender, age, education level, and population status used in this study, the elderly in Pasicharoen District, Bangkok. The population is 26,072 people. The sample group is 393 people using a random sampling method using probability theory by simple random sampling. This research is quantitative. The statistics used for data analysis were frequency, percentage, mean ($\bar{X}$), and standard deviation (S.D.).

The research results showed that the quality of life of the elderly in Phasicharoen District, Bangkok Overall, the quality of life of the elderly was at a high level. Quality of life of the elderly in social relationships Quality of life of the elderly in the environment

Factors Affecting Quality of Life of Older Persons in Phasicharoen District, Bangkok The overall picture is at a high level. When considered individually, it was found that the environment Very level The highest mean was followed by physical, psychological, and social relations. Very level Have the lowest mean respectively.

Quality of life of the elderly in social relationships The overall picture is at a high level. When considered individually, it was found that the satisfaction of sex life At a high level, followed by a feeling of satisfaction with the relationship between You and your family members You can assist the family members accordingly.

Keywords: Development, Quality of life, Elderly people.

บทนำ

ประเทศไทยในช่วงเวลา 20 ปี ที่ผ่านม้อัตราการเพิ่มประชากรของประเทศลดลงมาก เนื่องจกนโยบายการคุมกำเนิด เป็นผลทำให้ปัจจุบันและในอนาคตประชากรจะอยู่ในกลุ่ม ผู้สูงอายุมากขึ้นตามลำดับ ประกอบกับการสาธารณสุขและการแพทย์ ที่เจริญขึ้นทำให้ประชากรมีอายุที่ยืนยาวขึ้น เป็นผลให้สังคมไทยเข้าสู่สังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งทางข้อมูลปี 2543- 2569 การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2543- 2568 สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ คาดการณ์ว่าจำนวนประชากรรวมในปี พ.ศ. 2543 มีประมาณ 67,042,000 คน จำนวนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป จะมีประมาณ 7,522,800 คน จากสถานการณ์ดังกล่าวนี้ ทำให้ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคม ผู้สูงอายุ ซึ่งหากมีการเตรียมความพร้อมสู่สังคม ผู้สูงอายุ และทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ย่อมจะทำให้ประเทศไทยมีประชากรที่มีคุณภาพ (ภูมิ โชคเหมาะ และคณะ, 2552)

จากการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างของประชากรในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุส่งผลให้อัตราส่วนผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้น ในขณะที่อัตราส่วนและจำนวนประชากรวัยแรงงานเริ่มลดลงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ของสมาชิกครอบครัวนับตั้งแต่การดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา การคงไว้ของรายได้ ผู้สูงอายุ ตลอดจนผลที่เกิดต่อพลวัตทางเศรษฐกิจของประเทศ เมื่อถึงวัยสูงอายุสภาพร่างกาย จิตใจ และสังคม มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด สภาพร่างกายจะเสื่อมลงตามอายุที่เพิ่มขึ้น สภาพจิตใจก็มีการเปลี่ยนแปลง โดยจะหงุดหงิดง่ายและวิตกกังวลสูง ทั้งการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุจะเปลี่ยนไปเพราะเกษียณอายุจากการทำงาน มีกิจกรรมและส่วนร่วมทางสังคมน้อย ทำให้บทบาทและความรู้สึกในคุณค่าของตนเองลดลง (วิไลพร ขำวงษ์ และคณะ, 2554, หน้า 32)

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ทำคุณประโยชน์ต่อสังคมมาก่อน เป็นผู้ชี้แนะในสิ่งที่ประโยชน์และเป็นแบบอย่างสำคัญในการถ่ายทอดวัฒนธรรมสู่คนรุ่นหลัง ดังนั้นถ้าผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตไม่ดีก็จะส่งผลกระทบต่อทุกภาคส่วนของสังคม เริ่มตั้งแต่ครอบครัวไม่มีความสุข มีเวลาไม่พอในการดูแลเอาใจใส่ ชุมชนมีปัญหาเพราะสมาชิกในชุมชนไม่เข้มแข็ง ไม่ร่วมมือในการพัฒนาสังคม เตือนร้อนจากปัญหาครอบครัวที่ไม่มั่นคง ปัญหาผู้สูงอายุที่ไม่มีคนดูแลและถูกทอดทิ้ง จึงเป็นต้นเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีก คุณภาพชีวิตเป็นสิ่งสำคัญของการมีชีวิตที่ยืนยาว การมีความสุข มีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วยเรื่องของด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และสิ่งแวดล้อม รวมถึงเรื่องความรู้ในอนาคตที่ผู้สูงอายุจะต้องสามารถพึ่งตนเองมากขึ้น เนื่องจากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป การที่ผู้สูงอายุ จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ต้องมีการพัฒนาอย่างสร้างสรรค์ในเรื่องเหล่านี้ สามารถดูแลตนเองและ เป็นที่พึ่งของผู้อื่นได้ การที่ผู้สูงอายุจะพึ่งตนเองจะต้องมีการเตรียมพร้อมในทุกด้านของชีวิต หากมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นจะสามารถยืดหยุ่นและผ่านพ้นปัญหานั้นไปได้ (มาลี ปุยเสาชง, 2555)

จากข้อมูลดังกล่าวมีการเพิ่มของประชากรผู้สูงอายุมากขึ้นทุก ๆ ปี ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร เพื่อที่จะได้รับข้อมูลที่แท้จริง และถูกต้องเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในพื้นที่ และที่สำคัญในการศึกษาในครั้งนี้ สามารถนำไปเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เพื่อให้ทุกภาคส่วนในพื้นที่กรุงเทพมหานคร มีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี อยู่กับครอบครัวและสังคมได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร 3) เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ซึ่งประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม

2. ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีจำนวนประชากรทั้งหมด 26,072 คน (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2561)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร โดยใช้สูตรของ (Taro Yamane, 1973 , p. 727) คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 393 คน

3. ขอบเขตด้านตัวแปร

ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วยปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และสถานภาพ ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม

ตัวแปรตาม ประกอบด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร



4. ขอบเขตด้านระยะเวลา

ในการวิจัยครั้งนี้ทำการศึกษาข้อมูลและเก็บข้อมูล อยู่ในช่วงเดือนตุลาคม – เดือนธันวาคม 2561 จำนวน 3 เดือน

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ คำว่า “ผู้สูงอายุ” คนไทยส่วนใหญ่ หมายถึง คนที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปที่มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจไปในทางเสื่อมลงมีบทบาททางสังคมและกิจกรรมในการประกอบอาชีพลดลง ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่เพียบพร้อมไปด้วยความรู้ และประสบการณ์ เป็นผู้ถึงพร้อมทั้ง คุณวุฒิ และวัยวุฒิ เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่า แม้ผู้สูงอายุจะเข้าสู่วันที่ร่างกายอ่อนแอ เสื่อมถอยแล้ว แต่ท่านก็ยังพร้อม และสามารถที่จะช่วยเหลือครอบครัวได้ เช่น ช่วยดูแล บุตรหลาน ขณะที่พ่อแม่ออกไปทำงาน ช่วยดูแล บ้านเรือน ผู้สูงอายุบางท่าน ยังช่วยหุงหา อาหารต่าง ๆ ช่วยทำงานเล็ก ๆ น้อย ๆ ตามกำลังของท่านได้ นอกจากนี้ ยังช่วยให้คำแนะนำปรึกษาในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านอาชีพการงาน ด้านการดำเนินชีวิต ด้านครอบครัว ด้านสังคม และอื่น ๆ ผู้สูงอายุบางท่านมีทักษะในวิชาชีพบางด้าน เช่น ช่างไม้ ช่างแกะสลัก ทำอาหารไทย ขนมไทย เย็บปักถักร้อย ดอกไม้ ดนตรี ฯลฯ ท่านก็จะถ่ายทอดให้แก่บุตรหลาน และผู้ที่สนใจ เพื่อดำรงวิชาชีพนั้นสืบไป

ทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ แต่ละทฤษฎีจะกล่าวถึงความสูงอายุ แตกต่างกันไป ทฤษฎีทางชีววิทยาจะอธิบายความชรา โดยพิจารณาจากประสิทธิภาพการทำงานของร่างกายที่ลดลง ทฤษฎีทางจิตวิทยาจะมองความสูงอายุ โดยพิจารณาจากความจำการเรียนรู้ สติปัญญา อารมณ์ ส่วนทฤษฎีทางสังคมวิทยาพิจารณาความเป็นผู้สูงอายุ จากความสามารถในการคงบทบาท และสถานภาพทางสังคมไว้ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ไม่มีทฤษฎีใดเพียงทฤษฎีเดียว ที่จะอธิบายความเสื่อมถอยของสังขาร การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ จิตใจ และสภาพทางสังคมของผู้สูงวัยได้ทั้งหมด (จันทร์ทิวา เจริญชัย, 2557)

ทฤษฎีของเพค (peck's theory, 1968) ได้แบ่งผู้สูงอายุเป็น 2 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุวัยต้น อายุ 56-75 ปี และผู้สูงอายุตอนปลาย อายุ 75 ปีขึ้นไป ซึ่งทั้ง 2 กลุ่ม มีความแตกต่างกันทั้งทางกายภาพ และทางจิตสังคม ซึ่งมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิต สังคมของผู้สูงอายุ 3 ลักษณะ คือ ego differentiation and work-role preoccupation เป็น ความรู้สึกเกี่ยวกับงานที่ทำอยู่ โดยจะรู้สึกว่าคุณค่าอยู่ ต่อเมื่อบทบาทลดลงหรือ เปลี่ยนไปจึงพอใจที่จะหาสิ่งอื่น ๆ มาทำทดแทน (วัยผู้สูงอายุตอนต้น) body transcendence and body preoccupation เป็นความรู้สึกที่ผู้สูงอายุยอมรับว่า สภาพร่างกายของตนถดถอยลง และชีวิตจะมีสุขถ้าสามารถยอมรับและปรับความรู้สึกนี้ได้ (อายุที่เพิ่มขึ้น) ego transcendence and ego preoccupation เป็นความรู้สึกที่ยอมรับกฎเกณฑ์ และการเปลี่ยนแปลงทางธรรมชาติ และยอมรับความตายได้ โดยไม่รู้สึกหวาดวิตก (วัยผู้สูงอายุตอนปลาย) นอกจากทฤษฎีทาง จิตสังคมที่กล่าวมาแล้ว ยังมีแนวคิดที่คล้ายคลึงกันอธิบายความหมายของความชราอีก ได้แก่ แนวคิดของ ebersole และ butler and lewis ซึ่งจะไม่ขอกล่าวในที่นี้ ทฤษฎีทางจิตวิทยานี้ได้ เชื่อมโยงทฤษฎีทางชีววิทยา และสังคมวิทยาเข้ามาอธิบายว่า การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของผู้สูงอายุนั้น เป็นการปรับตัวและพัฒนาการของบุคลิกภาพ ซึ่งมีผลทำให้ผู้สูงอายุ มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปนั้น ไม่สามารถยืนยันได้จากทฤษฎีใด เพียงทฤษฎีเดียว ดังคำกล่าวที่ว่า "data rich theory poor lack of agreement" อย่างไรก็ตาม นักจิตวิทยายอมรับว่า กระบวนการชราด้านจิตวิทยา สามารถอธิบายได้จากลักษณะ ทางพันธุกรรม และสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในแต่ละวัย ซึ่งพิจารณา ได้จากปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก ดังนั้นปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ แรงจูงใจ สติปัญญา ความจำ การรับรู้ การเรียนรู้ และบุคลิกภาพทำให้ พบว่า ผู้สูงอายุจะมีการผันแปรไปตามการเปลี่ยนแปลงในระดับต่าง ๆ ของร่างกาย ตามที่กล่าวไปแล้วในทฤษฎีทางชีววิทยามีงานวิจัยยืนยันว่า ผู้สูงอายุมีการเรียนรู้ได้เกือบเท่ากับคนอ่อนวัย แต่ต้องอาศัยเวลานานกว่า ปัจจัยที่มีผลต่อ

การเรียนรู้ คือ ความเครียด ผลจากประสาท และสรีรวิทยาที่เปลี่ยนแปลง ทำให้เสียความจำ ส่วนแรงจูงใจพบว่า ผู้สูงอายุไม่จำเป็นต้องใช้แรงกระตุ้นในการทำงาน มากกว่าบุคคลวัยอื่น ๆ ปัจจัยภายนอก คือ การเปลี่ยนแปลงทางสรีรภาพ ได้แก่ พันธุกรรม กับปฏิสัมพันธ์ที่ ร่างกายมีต่อสังคม ได้แก่ ขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม โครงสร้างสังคม

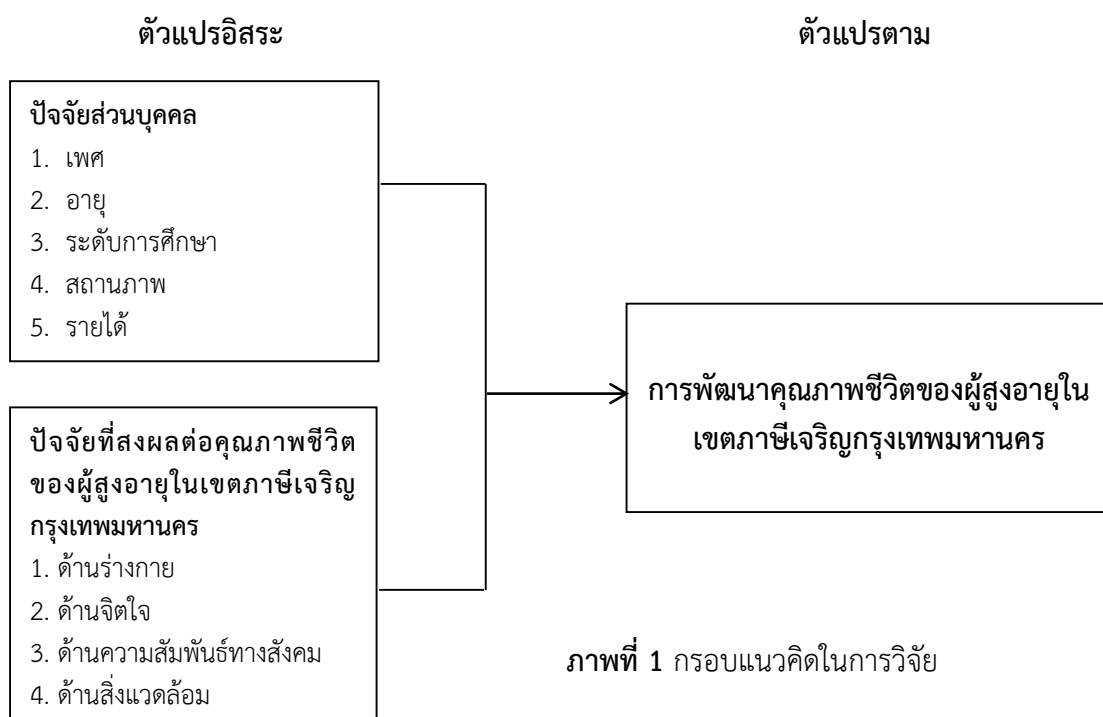
เครื่องมือชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อฉบับภาษาไทย (whoqol – bref -thai) เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต เลือกลำหมายเลข whoqol-bref ประกอบด้วยข้อคำถาม 2 ชนิด คือแบบภาวะวิสัย และอัตวิสัย จะประกอบด้วยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านสุขภาพทางกาย คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน
2. ด้านจิตใจ คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม
4. ด้านสิ่งแวดล้อม คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

สรุปได้ว่าปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กล่าวคือ ปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ และรายได้ ซึ่งปัจจัยเหล่านี้จะมีผลกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ซึ่งตัวแปรที่นำมาวิจัยครอบคลุมทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุ

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมากำหนดกรอบ แนวคิดในการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ (lawton, 2000, p. 42) และตัวชี้วัดการประเมินคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อฉบับภาษาไทย (สุวัฒน์ มหัตนินทรกุล และคณะ, 2559, หน้า 15) เพื่อวัดคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้งหมด 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม สามารถเขียนเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Study) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น ผู้วิจัยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีกระบวนการดำเนินการวิจัย ดังนี้คือ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาจากเอกสารที่มีอยู่แล้ว พร้อมทั้งได้ทำการปรับปรุงคำถามให้เหมาะสมกับสภาพองค์การและบุคลากรในองค์การ โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และสถานภาพ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร

กำหนดระดับคุณภาพชีวิตเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามวิธีการของ ลิเคิร์ต (Likert)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือการวิจัย ดังนี้

1) ศึกษาค้นคว้าเอกสาร ตำรา งานศึกษาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร

2) นำข้อมูลที่ได้จาก ข้อ 1 มากำหนดเป็นกรอบแนวความคิด ตามลักษณะของตัวแปรที่จะศึกษาในการศึกษานี้เป็นตัวบ่งชี้ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร และนำปัจจัยที่เกี่ยวข้องมาสร้างแบบสอบถาม

3) ศึกษาแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องที่มีผู้สร้างขึ้นไว้แล้วนำมาปรับเพื่อให้เหมาะสมกับการศึกษาครั้งนี้

4) นำแบบสอบถาม ที่ปรับปรุงขึ้นเสนออาจารย์ที่ปรึกษา และผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงตามเนื้อหา

5) นำแบบสอบถาม ไปปรับปรุงแก้ไข ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา และ ผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน

6) นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ นำไปทดลองให้ (Try out) กับประชากรที่ไม่ใช่ประชากรเป้าหมาย จำนวน 30 คน และนำไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับ ตามวิธีของ ครอนบาค (Cronbach) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นไม่น้อยกว่า 0.7

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 393 ชุด เพื่อเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเท่ากับจำนวนกลุ่มตัวอย่าง โดยมีวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. แจกแบบสอบถามและชี้แจงพร้อมอธิบายวิธีการตอบแบบสอบถามอย่างถูกต้องให้ผู้ตอบแบบสอบถามทราบ รวมถึงชี้แจงให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้

2. เก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามด้วยตนเองทั้งหมดในเดือนตุลาคม - พฤศจิกายน พ.ศ. 2561

3. นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความถูกต้องและนับจำนวนให้เท่ากับจำนวนกลุ่มตัวอย่าง กรณีแบบสอบถามไม่ครบถ้วนหรือไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการแจกแบบสอบถามใหม่อีกครั้ง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน

4. นำแบบสอบถามที่ได้ไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาประมวลผลเพื่อหาค่าสถิติดังนี้
ตอนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่ (Frequency) และหาร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 2 คุณภาพชีวิตของผู้ตอบแบบสอบถาม ทั้งนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยนำแบบสอบถามที่สมบูรณ์ครบถ้วนมาวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายจากค่าเฉลี่ยที่ได้โดยใช้เกณฑ์ของเบสท์ Best (1981, p. 89)

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพื้นฐานโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ ได้แก่ สถิติพื้นฐาน ดังนี้

1. ค่าร้อยละ
2. ค่าเฉลี่ย
3. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

1. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร มีดังต่อไปนี้

1) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านร่างกาย โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ดีเพียงใด ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวัน ทั้งเรื่องงานและการดำเนินชีวิตประจำวัน ท่านมีสุขภาพแข็งแรงเหมาะสมกับวัยของท่านเอง ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากนักน้อย เพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน และท่านมีการพักผ่อนด้วยการนอนหลับอย่างเพียงพอ ตามลำดับ

2) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านจิตใจ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มีความสุข ความสงบ มีความหวัง) มากน้อยเพียงใด มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ท่านรู้สึกพอใจในตนเองมากน้อยแค่ไหน ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเองได้ไหม ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยแค่ไหน และท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ตามลำดับ

3) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ทางสังคม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตทางเพศ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา ท่านมีความรู้สึกพอใจกับสัมพันธ์ภาพระหว่าง ท่านกับสมาชิกในครอบครัว ท่านสามารถให้การช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัว และเพื่อนบ้านได้ ท่านรู้สึกพอใจต่อการผูกมิตร หรือการเข้ากับผู้อื่น ๆ อย่างที่ผ่านมา เช่น เพื่อนบ้าน ท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมได้ ท่านพึ่งพาสมาชิกในครอบครัวมากนักน้อยเพียงใด ท่านรู้สึกพอใจในการดูแลจากสมาชิกในครอบครัว และท่านรู้สึกพอใจกับการช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ

4) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสิ่งแวดล้อม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านรู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด ท่านมีโอกาสดำรงชีพคล้อยคลุ้งมากน้อยเพียงใด ท่านรู้สึกว่าการอาศัยอยู่ในชุมชนทำให้ชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดี ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต (ความเป็นอยู่) อยู่ในระดับใด ท่านรู้สึกสะดวกสบายในการเดินทางไปในที่ต่าง ๆ ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่



อยู่ ตอนนี้อย่างน้อยๆ เพียงใด ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็น และท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ ตามความจำเป็น มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ

2. ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.99$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านสิ่งแวดล้อม มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.02$) รองลงมา ด้านร่างกาย อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.01$) ด้านจิตใจ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.00$) และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.92$) ตามลำดับ

2.1 ด้านร่างกาย โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.01$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.09$) รองลงมา ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ดีเพียงใด ($\bar{X} = 4.06$) ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวัน ทั้งเรื่องงานและการดำเนินชีวิตประจำวัน ($\bar{X} = 4.04$) ท่านมีสุขภาพแข็งแรงเหมาะสมกับวัยของท่านเอง ($\bar{X} = 4.02$) ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากน้อยเพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตรอยู่ไปได้ในแต่ละวัน ($\bar{X} = 3.96$) และท่านมีการพักผ่อนด้วยการนอนหลับอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 3.93$) ตามลำดับ

2.2 ด้านจิตใจ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.00$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.13$) รองลงมา ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มีความสุข ความสงบ มีความหวัง) มากน้อยเพียงใด มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.06$) ท่านรู้สึกพอใจในตนเองมากน้อยแค่ไหน ($\bar{X} = 4.04$) ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเองได้ไหม ($\bar{X} = 4.00$) ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยแค่ไหน ($\bar{X} = 3.92$) และท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.85$) ตามลำดับ

2.3 ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.92$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านมีความพึงพอใจในชีวิตทางเพศ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.09$) รองลงมา ท่านมีความรู้สึกพอใจกับสัมพันธ์ภาพระหว่าง ท่านกับสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 3.94$) ท่านสามารถให้การช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัว และเพื่อนบ้านได้ ($\bar{X} = 3.93$) ท่านรู้สึกพอใจต่อการผูกมิตร หรือการเข้ากับผู้อื่น ๆ อย่างที่ผ่านมา เช่น เพื่อนบ้าน ($\bar{X} = 3.92$) ท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมได้ ($\bar{X} = 3.90$) ท่านพึงพาสมาชิกในครอบครัวมากน้อยเพียงใด ($\bar{X} = 3.90$) ท่านรู้สึกพอใจในการดูแลจากสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 3.86$) และท่านรู้สึกพอใจกับการช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.85$) ตามลำดับ

2.4 ด้านสิ่งแวดล้อม โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.02$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.08$) รองลงมา สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด ($\bar{X} = 4.07$) ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดมากน้อยเพียงใด ($\bar{X} = 4.06$) ท่านรู้สึกว่าการอาศัยอยู่ในชุมชนทำให้ชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดี ($\bar{X} = 4.06$) ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต (ความเป็นอยู่) อยู่ใน ระดับใด ($\bar{X} = 4.03$) ท่านรู้สึกสะดวกสบายในการเดินทางไปในที่ต่าง ๆ ($\bar{X} = 3.99$) ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ ตอนนี้อย่างน้อยๆ เพียงใด ($\bar{X} = 3.97$) ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็น ($\bar{X} = 3.95$) และท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ ตามความจำเป็น มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.93$) ตามลำดับ

3. ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร มีดังนี้

3.1 ข้อเสนอแนะทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย พบว่า การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายของผู้สูงอายุมักมีลักษณะค่อย ๆ เป็น ค่อย ๆ ไป และเป็นการเปลี่ยนแปลงของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย และการดูแลผู้สูงอายุควรเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุคงไว้ซึ่งความสามารถทางด้านร่างกาย ประเด็นหลักที่

ผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับการดูแลด้านร่างกายมีดังต่อไปนี้ คือ ด้านอาหาร การออกกำลังกาย ความเครียดและวิตกกังวล การป้องกันอุบัติเหตุ และอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ

3.2 ข้อเสนอแนะแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิต พบว่า การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ มีความซึมเศร้า วิตกกังวล และความรู้สึกสิ้นหวัง ครอบครัวและผู้ดูแลผู้สูงอายุจำเป็นต้องเข้าใจและหาทางช่วยเหลือ

3.3 ข้อเสนอแนะแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสัมพันธภาพทางสังคม พบว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคม ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมทางสังคมเพิ่มขึ้น สังคมก็ยอมรับ และให้โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุเช่นกัน แต่ผู้สูงอายุมีสัมพันธภาพทางสังคมต่ำ ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกในคุณค่าของตนเองลดลง ควรสนับสนุนและให้โอกาสผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมทางสังคมตามความชอบและความสนใจของผู้สูงอายุ

3.4 ข้อเสนอแนะแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ครอบครัวต้องเข้าใจ และคำนึงถึงความสำคัญต่อการสร้างสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการใช้ชีวิต การเสริมสร้างความพึงพอใจ การจัดการสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม ทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุขมากยิ่งขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร โดยรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม โดยมีประเด็นอภิปรายเพิ่มเติม ดังนี้

1. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านร่างกาย จากผลการวิจัยพบว่า โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ดีเพียงใด ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวัน ทั้งเรื่องงานและการดำเนินชีวิตประจำวัน ท่านมีสุขภาพแข็งแรงเหมาะสมกับวัยของท่านเอง ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากน้อย เพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน และท่านมีการพักผ่อนด้วยการนอนหลับอย่างเพียงพอตามลำดับ จากการศึกษาพบว่า ร่างกายของผู้สูงอายุเกิดจากการเสื่อมถอยของร่างกายอันเป็นผลจากภาวะทางอายุของบุคคลที่สูงขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบต่อการทำงานของร่างกาย โดยเฉพาะระบบกล้ามเนื้อและกระดูกที่เสื่อมถอย เป็นผลให้ผู้สูงอายุมีกล้ามเนื้อที่อ่อนแรง ไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ตามปกติ หกล้มได้ง่าย รวมถึงการเสื่อม สลายของแคลเซียมซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการเสริมสร้างให้กระดูกแข็งแรง เมื่อผู้สูงอายุประสบเหตุ อันตรายจากการทำงาน หรือการเคลื่อนไหวของร่างกาย อาจก่อให้เกิดความเสียหายกับกระดูกของ ผู้สูงอายุได้เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุวิทย์ งอกศรี (2560) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยุหะภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยุหะภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม เพื่อศึกษาปัจจัยยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยุหะภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ ลักษณะโครงสร้างของครอบครัว สวัสดิการกองทุนผู้สูงอายุ การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยุหะภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 294 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล เมืองเตา อำเภอพยุหะภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่าภาพรวมระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยุหะภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม มีคุณภาพชีวิตอยู่ใน ระดับมาก ($\bar{X}=3.67$) เมื่อพิจารณา รายด้านพบว่า

ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก มีอยู่ 3 ด้าน และอยู่ในระดับปานกลาง มีอยู่ 1 ด้าน ซึ่งสามารถ เรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ ด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม ($\bar{X}=3.67$) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ($\bar{X}=3.48$) ด้านร่างกาย ($\bar{X}=3.44$) ด้านจิตใจ ($\bar{X}=3.05$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยุหะภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม จำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพเดิมของผู้สูงอายุลักษณะโครงสร้างของครอบครัว (ที่พัก อาศัย) การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม พบว่าผู้สูงอายุที่มีที่พักอาศัยต่างกันและการเป็นสมาชิกกลุ่มต่างกัน มีคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

2. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านจิตใจ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มีความสุข ความสงบ มีความหวัง) มากน้อยเพียงใด มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ท่านรู้สึกพอใจในตนเอง มากน้อยแค่ไหน ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเองได้ไหม ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยแค่ไหน และท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดตามลำดับ จากการศึกษาพบว่า สภาวะทางจิตใจ เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความคาดหวัง โดยมีความพึงพอใจ และความสุขเป็นผลตอบแทนในการตัดสินใจกระทำตามแรงจูงใจ แสดงให้เห็นว่า สภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุที่ดี หรือมีความคาดหวังต่อชีวิตที่ดีก่อให้เกิดผลดีต่อการมีชีวิตที่ยืนยาว และสุขภาพอนามัยที่ดีในทางตรงข้ามหากผู้สูงอายุขาดความหวังหรือ แรงกระตุ้นทางด้านจิตใจ ส่งผลให้เกิดผลในทางลบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้น ผู้สูงอายุจึงควรมีสภาวะทางจิตใจที่มีความพร้อมรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งจากภายในและภายนอก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริมา อิทธิประเสริฐ (2560) เรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบล แกลงกะเจด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาเพื่อประเมินสมรรถนะของผู้สูงอายุ ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบของเทศบาลตำบลแกลงกะเจด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง จำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพ วุฒิการศึกษา อาชีพ ความเพียงพอของรายได้ บุคคลที่ดูแลเมื่อเจ็บป่วย สมรรถนะด้านความสามารถในการดำเนินกิจวัตรประจำวัน และสมรรถนะด้านความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวัน กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุในเขตความรับผิดชอบของเทศบาลตำบลแกลงกะเจด จำนวน 267 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถี่และค่าร้อยละและทดสอบสมมติฐานด้วยสถิติ t-test และสถิติ f-test รวมถึง welch และ brownforsythe เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยสถิติ dunnett c ผลการวิจัย พบว่า ผลการประเมินสมรรถนะของผู้สูงอายุตามแบบประเมินความสามารถเชิงปฏิบัติดัชนีบาร์เรลเอ็ดดีแอล ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำรงชีพอยู่ในระดับไม่เป็นภาระพึ่งพาและการประเมินความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำรงชีพอยู่ในระดับไม่เป็นภาระพึ่งพาเช่นกัน ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแกลงกะเจด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง โดยภาพรวม มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง ส่วนผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบล แกลงกะเจด อำเภอเมือง จังหวัดระยองที่มีวุฒิการศึกษา ความเพียงพอของรายได้ สมรรถนะด้านความสามารถ ในการดำเนินกิจวัตรประจำวัน และสมรรถนะด้านความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตร แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนผู้สูงอายุที่มีเพศอายุสถานภาพสมรส และอาชีพต่างกัน มีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน

3. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ทางสังคม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตทางเพศ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา ท่านมีความรู้สึกพอใจกับสัมพันธ์ภาพระหว่าง ท่านกับสมาชิกในครอบครัว ท่านสามารถให้การช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัว และเพื่อนบ้านได้ ท่านรู้สึกพอใจต่อการผูกมิตร หรือการเข้ากับผู้อื่น ๆ อย่างที่ผ่านมา เช่น เพื่อนบ้าน ท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมได้ ท่านพึ่งพาสมาชิกในครอบครัวมากน้อยเพียงใด ท่านรู้สึกพอใจใน

การดูแลจากสมาชิกในครอบครัว และท่านรู้สึกพอใจกับการช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ จากการศึกษาพบว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมทางสังคมชนบท ที่เป็นรากเหง้าทางวัฒนธรรม ของสังคมไทย ที่มีลักษณะการเกี่ยวดองระหว่างกัน หรือสังคมเครือญาติ ที่คนในสังคมมีความสนิทสนมคุ้นเคย เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เกิดผลดีต่อผู้สูงอายุในทางจิตใจที่ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น ได้มีการเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสสังคมและกระแสโลกาภิวัตน์ที่มีผลทำให้สังคมไทยขาดความอบอุ่น อยู่อาศัยในลักษณะครอบครัวเดี่ยว ทำให้ผู้สูงอายุขาดความอบอุ่น ไม่ได้รับการดูแลจากบุคคลใกล้ชิดและบุคคลอื่นเป็นที่รัก ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับครอบครัวน้อยลง รวมถึงการจากไปของบุคคลที่รู้จัก การจากไปของคู่ครองเป็นเหตุให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกว่าเหงา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรียา ตา ยังอยู่ (2562) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอบะพือ จังหวัดชุมพร ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอบะพือ จังหวัดชุมพร โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาารายด้าน มีระดับปัจจัยที่ส่งผลอยู่ในระดับมาก 1 ปัจจัย คือ ปัจจัยสิ่งแวดล้อมของบุคคล และระดับปานกลาง 3 ปัจจัย โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยคือ ปัจจัยการมีความสุขทางด้านจิตใจ รองลงมาคือ ปัจจัยความสามารถในการแสดงพฤติกรรม และปัจจัยการรับรู้คุณภาพชีวิต 2) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอบะพือ จังหวัดชุมพร โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาารายด้าน มีระดับปัจจัยที่ส่งผลอยู่ในระดับมาก 2 ด้าน โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อยคือ ด้านร่างกาย รองลงมาคือ ด้านสิ่งแวดล้อม และระดับปานกลาง 2 ด้านคือ ด้านจิตใจ และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอบะพือ จังหวัดชุมพร โดยรวมมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ปัจจัยความสามารถในการแสดงพฤติกรรม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และปัจจัยการมีความสุขทางด้านจิตใจ ปัจจัยสิ่งแวดล้อมของบุคคล และปัจจัยการรับรู้คุณภาพชีวิต โดยรวมอยู่ในระดับต่ำทุกด้าน 3) ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอบะพือ จังหวัดชุมพร โดยภาพรวมสามารถอธิบายได้ร้อยละ 51.30 มีค่า $r^2 = 0.513$ และมีค่า $f = 67.844$ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุมากที่สุดคือ ปัจจัยความสามารถในการแสดงพฤติกรรม มีค่าเท่ากับ 0.494 รองลงมาคือ ปัจจัยด้านการมีความสุขทางด้านจิตใจ มีค่าเท่ากับ 0.311 ปัจจัยสิ่งแวดล้อมของบุคคลมีค่าเท่ากับ 0.117 และปัจจัยการรับรู้คุณภาพชีวิต มีค่าเท่ากับ 0.079 ตามลำดับ

4. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสิ่งแวดล้อม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมาสภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดมากน้อยเพียงใด ท่านรู้สึกว่าการอาศัยอยู่ในชุมชนทำให้ชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดี ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต (ความเป็นอยู่) อยู่ในระดับใด ท่านรู้สึกสะดวกสบายในการเดินทางไปในที่ต่าง ๆ ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้ มากน้อย เพียงใด ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็น และท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ ตามความจำเป็น มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ จากผลการวิจัยพบว่า ควรมีนโยบายปรับปรุงสิ่งแวดล้อมที่ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ โดยจัดสถานที่สำคัญ แหล่งท่องเที่ยวภายในชุมชนหรือสถานที่ราชการ ให้มีเครื่องมืออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้สูงอายุให้สามารถปฏิบัติกิจวัตรได้อย่างปลอดภัยมากยิ่งขึ้น รวมถึงการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่ด้อยโอกาสโดยอาศัยแรงงานภายในชุมชนเข้ามาช่วยเหลือในการดำเนินโครงการของภาครัฐ ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้สังคมเกิดความเอื้อเฟื้อและเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุในชุมชนมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปภัสนิรี ไชยวุฒิ (2556) ศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบล หนองช้างคืน อำเภอมือง จังหวัดลำพูน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุ เฉลี่ยเท่ากับ 65 ปี ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสจบการศึกษาระดับอุดมศึกษาผู้สูงอายุ



ส่วนใหญ่ไม่ได้ ประกอบอาชีพมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 6,001-9,000 บาทซึ่งรายได้หลักส่วนใหญ่ได้รับจากบุตรหลาน หรือญาติพี่น้องลักษณะครอบครัวส่วนใหญ่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่กับครอบครัวและเป็นผู้อาศัยผลการศึกษาคือตัวชี้วัดระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั้ง 6 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านเศรษฐกิจ ด้านสาธารณสุข และด้านสังคม พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองช้างคืน อำเภอเมืองจังหวัดลำพูน มีระดับคุณภาพชีวิตในระดับมากที่สุดในด้านสิ่งแวดล้อม และมีระดับคุณภาพชีวิตในระดับมาก 5 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสาธารณสุข และด้านสังคม เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพบว่าลำดับที่ 1 คือ ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิต ด้านสิ่งแวดล้อม และระดับคุณภาพชีวิตน้อยที่สุดคือตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ผลการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยการทดสอบแบบไคสแควร์ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร สามารถสรุปข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย ดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรมีการสนับสนุนการดูแลสุขภาพด้วยตนเองของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมการปลูกจิตสำนึกในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยบุคคลในครอบครัวและชุมชน และสนับสนุนการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จัดให้มีสถานที่ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ
2. ควรมีการดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุจากบุคคลในครอบครัว และชุมชนเป็นอย่างดี สนับสนุนการเสริมสร้างความรู้สึกรักมีคุณค่าของผู้สูงอายุให้มากขึ้น เช่น การไปแสดงความเคารพเนื่องในวันพ่อ วันแม่ การรดน้ำดำหัวในวันสงกรานต์ เป็นต้น และตั้งกลุ่มชมรมผู้สูงอายุขึ้นในแต่ละชุมชนเพื่อผู้สูงอายุมีกิจกรรมร่วมกัน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในวัยเดียวกัน
3. ควรมีการออกแบบจัดสภาพแวดล้อมทั้งในที่อยู่อาศัย และในชุมชนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีและปลอดภัย มีการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องเพื่อเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต และสนับสนุนการพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสาร ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุที่ทันสมัยครอบคลุม และสามารถเข้าถึงได้โดยง่าย
4. ควรมีการรณรงค์ให้ผู้สูงอายุสมัครเข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มหรือ ชมรมผู้สูงอายุมากขึ้น ถึงแม้ว่าปัจจัยการเป็นสมาชิกชมรมไม่มีผลต่อคุณภาพชีวิต แต่จากการศึกษา ในด้านสัมพันธภาพทางสังคม ผู้สูงอายุรับรู้ได้ถึงประโยชน์ของการพบปะผู้สูงอายุ ทำกิจกรรมร่วมกันทำให้สุขภาพร่างกายทั้งทางร่างกายและจิตใจดี ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้นด้วย

ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

1. ควรมีการศึกษาวิจัยในเชิงคุณภาพ เช่น วิธีการสัมภาษณ์เพื่อที่จะได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกของกลุ่มผู้สูงอายุ
2. ควรมีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมกับญาติ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ อาสาสมัครสาธารณสุข และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
3. ควรมีการขยายพื้นที่ในการทำวิจัยให้กว้างยิ่งขึ้น โดยอาจจะทำการวิจัย ให้ครอบคลุมในพื้นที่ระดับจังหวัด ภาค และประเทศ

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2561). ข้อมูลสถิติจำนวนผู้สูงอายุประเทศไทย ปี 2561 ด้วยระบบ POWER BI. ค้นเมื่อ 20 กุมภาพันธ์ 2562, จาก http://www.dop.go.th/download/knowledge/th1550973505-153_0.pdf
- จันทร์ทิรา เจริญชัย. (2557). การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเรื้อรังด้วยระบบเตือนผู้ป่วยอัตโนมัติทางโทรศัพท์. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี: นครราชสีมา.
- ปภัสสิริ ไชยวุฒิ. (2556). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองช้างคืน อำเภอเมืองจังหวัดลำพูน. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปรียาตา ยิ่งอยู่. (2562). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลคอนยาง อำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร. รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- ภูมิ โชคเหมาะ และคณะ. (2552). กฎหมายการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- มาลี ปุยเสถียร. (2555). การสำรวจคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลบ้านไร่ อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดพิษณุโลก. การศึกษาค้นคว้าอิสระคหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพัฒนา ครอบครัวและสังคม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วิไลพร ขำวงษ์ และคณะ. (2554). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี.
- สิริมา อิทธิประเสริฐ. (2560). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแก่งกะเจ็ด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง. รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต กลุ่มวิชาการบริหารทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล, วิระวรรณ ตันติพิวัฒนสกุล และวนิดา พุ่มไพศาลชัย. (2559). เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตขององค์กรอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย. ผู้แปล. กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิต.
- สุวิทย์ งอกศรี. (2560). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม. รัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการทรัพยากรเพื่อความมั่นคง คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Best, J.W. (1981). *Research in Education*. New Jersey: Prentice – Hall.
- Lawton, J. (2000). *The dying process: Patients's experiences of palliative care*. London : Routledge.
- Peck R. (1968). *Psychological developments in the second half of life*. In: Neugarten, B. (Ed.), *Middle Age and Aging*. Chicago: University of Chicago Press; 1968 .pp.88-92.
- Taro Yamane. (1973). *Statistics: An Introductory Analysis*. 3rd Ed. New York. Harper and Row Publications.