

# คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร

## Quality of Life of the Elderly in Phasi Charoen District, Bangkok

อัญรัช สาริกัลยะ

Anyarat Sarikulya

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Suan Sunandha Rajabhat University, Thailand

Email: anyaratsari@gmail.com

Received: 2021-01-18; Revised: 2021-03-22; Accepted: 2021-03-23

### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา และสถานภาพ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีจำนวนประชากรทั้งหมด 26,072 คน โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างจำนวน 393 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างโดยใช้ทฤษฎีความน่าจะเป็นด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

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

**คำสำคัญ:** คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, เขตภาษีเจริญ

### Abstract

This article aims to study the quality of life level of the elderly in Phasi Charoen District, Bangkok. Classified by personal status consisting of sex, age, education level and status. Population used in this research was elderly in Phasi Charoen District, Bangkok. Classified by personal status, consisting of gender, age, education level, and population status used in this study, the elderly in Phasi Charoen District, Bangkok. The population is 26,072 people. The sample group is 393 people using random sampling method using probability theory by simple random sampling. This research is quantitative research. The statistics used for data analysis were frequency, percentage, mean ( $\bar{X}$ ) and standard deviation (S.D.). The results of the study showed that the quality of life of the elderly in Phasi Charoen District, Bangkok the overall picture is in a high level. When considering each aspect found that environmental at a high level Had the highest mean scores following physical, mental and social relations. At a high level Have the lowest average respectively.

**Keywords:** Quality of life, Elderly people, Phasi Charoen District.

## บทนำ

ประเทศไทยในช่วงเวลา 20 ปี ที่ผ่านมาอัตราการเพิ่มประชากรของประเทศลดลงมาก เนื่องจากรายการนโยบายการคุมกำเนิด 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 ซึ่งหากมีการเตรียมความพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ และทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ย่อมจะทำให้ประเทศไทยมีประชากรที่มีคุณภาพ (ภูมิ โขคเหมาะ และคณะ, 2552)

จากการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างของประชากรในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุส่งผลให้อัตราส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ในขณะที่อัตราส่วนและจำนวนประชากรวัยแรงงานเริ่มลดลงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ของสมาชิกครอบครัวนับตั้งแต่การดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา การคงไว้ของรายได้ผู้สูงอายุ ตลอดจนผลที่เกิดต่อพลวัตทางเศรษฐกิจของประเทศ เมื่อถึงวัยสูงอายุสภาพร่างกาย จิตใจ และสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด สภาพร่างกายจะเสื่อมลงตามอายุที่เพิ่มขึ้น สภาพจิตใจก็มีการเปลี่ยนแปลงโดยจะหงุดหงิดง่ายและวิตกกังวลสูง อีกทั้งวิถีการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุก็เปลี่ยนไป เพราะเกษียณอายุจากการทำงาน มีกิจกรรมหรือมีส่วนร่วมทางสังคมลดลง ทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสียบทบาทและความรู้สึกในคุณค่าของตนเองลดลง (วิไลพร ขำวงษ์ และคณะ, 2554)

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ทำคุณประโยชน์ต่อสังคมมาก่อน เป็นผู้ชี้แนะในสิ่งที่เป็ประโยชน์และเป็นแบบอย่างสำคัญในการถ่ายทอดวัฒนธรรมสู่คนรุ่นหลัง ดังนั้นถ้าผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตไม่ดีก็จะส่งผลกระทบต่อทุกภาคส่วนของสังคม เริ่มตั้งแต่ครอบครัวไม่มีความสุขมีเวลาไม่พอในการดูแลเอาใจใส่ ชุมชนมีปัญหาเพราะสมาชิกในชุมชนไม่เข้มแข็ง ไม่ร่วมมือในการพัฒนาสังคมเดือดร้อนจากปัญหาครอบครัวที่ไม่มั่นคง ปัญหาผู้สูงอายุที่ไม่มีคนดูแลและถูกทอดทิ้ง จึงเป็นต้นเหตุหนึ่ง ที่ก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีก คุณภาพชีวิตเป็นสิ่งสำคัญของการมีชีวิตที่ยืนยาว การมีความสุข มีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วยเรื่องของด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และสิ่งแวดล้อม รวมถึงเรื่องความรู้ในอนาคตที่ผู้สูงอายุจะต้องสามารถพึ่งตนเองมากขึ้น เนื่องจากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป การที่ผู้สูงอายุ จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ต้องมีการพัฒนาอย่างสร้างสรรค์ในเรื่องเหล่านี้ สามารถดูแลตนเองและ เป็นที่พึ่งของผู้อื่นได้การที่ผู้สูงอายุจะพึ่งตนเองจะต้องมีการเตรียมพร้อมในทุกด้านของชีวิต หากมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นจะสามารถยืดหยุ่นและผ่านพ้นปัญหานั้นไปได้ (มาลี ปุยเสถาง, 2555)

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



## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร

## วิธีดำเนินการวิจัย

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีจำนวนประชากรทั้งหมด 26,072 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร โดยการใช้สูตรของ (Yamane, 1973) คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 393 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาจากเอกสารที่มีอยู่แล้ว พร้อมทั้งได้ทำการปรับปรุงคำถามให้เหมาะสมกับสภาพองค์การและบุคลากรในองค์การ กำหนดระดับคุณภาพชีวิตเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ

ซึ่งได้จัดทำแบบสอบถามสำหรับวัดระดับคุณภาพชีวิต 4 ด้าน จำนวน 30 ข้อ ดังนี้

1. ด้านร่างกาย จำนวน 7 ข้อ
2. ด้านจิตใจ จำนวน 6 ข้อ
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม จำนวน 8 ข้อ
4. ด้านสิ่งแวดล้อม จำนวน 9 ข้อ

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 393 ชุด เพื่อเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เท่ากับจำนวนกลุ่มตัวอย่าง โดยมีวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. แจกแบบสอบถามและชี้แจงพร้อมอธิบายวิธีการตอบแบบสอบถามอย่างถูกต้องให้ผู้ตอบแบบสอบถามทราบ รวมถึงชี้แจงให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้
2. เก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามด้วยตนเองทั้งหมดในเดือนตุลาคม - พฤศจิกายน พ.ศ. 2561
3. นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความถูกต้องและนับจำนวนให้เท่ากับจำนวนกลุ่มตัวอย่าง กรณีแบบสอบถามไม่ครบถ้วนหรือไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการแจกแบบสอบถามใหม่อีกครั้ง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน
4. นำแบบสอบถามที่ได้ไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

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

ตอนที่ 2 คุณภาพชีวิตของผู้ตอบแบบสอบถาม ทั้งนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยนำแบบสอบถามที่สมบูรณ์ครบถ้วนมาวิเคราะห์ข้อมูลและแปล ความหมายจากค่าเฉลี่ยที่ได้โดยใช้เกณฑ์ของเบสต์ Best (1981)

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพื้นฐานโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ ได้แก่ สถิติพื้นฐาน คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

### การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดของ dalkey and rourke (1973) ให้ความหมายคุณภาพชีวิตว่า เป็นความรู้สึก ของบุคคลที่มี ต่อความเป็นอยู่ที่ดีหรือผาสุกความพึงพอใจหรือไม่พอใจทั้งเรื่องสุขภาพ กิจกรรม ในชีวิต ความเครียด เป็น หมายของชีวิต คุณค่าในตนเองความเข้มแข็ง สังคมและครอบครัว นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายในมุมกว้าง หรือการมองคุณภาพชีวิตประกอบด้วย ร่างกายจิตใจ อารมณ์และสังคม เช่น ในองค์การอนามัยโลก

นิติวัฒน์ ไทพิทักษ์ (2556) ได้สรุปความหมาย ของคุณภาพชีวิตไว้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง สภาวะ ของการมีระดับชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี มีความสุข มีความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ของตนเองโดยสามารถ ปรับตัวให้อยู่ร่วมกับสังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข

สรุปได้ว่าคุณภาพชีวิต หมายถึง การรับรู้ความพึงพอใจในชีวิตการมีความสุข การรับรู้สถานะของ บุคคลในการดำเนินชีวิตในสังคมโดยสัมพันธ์กับเป้าหมาย และความคาดหวังของตนและความพึงพอใจในชีวิต ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสภาพแวดล้อมของบุคคล ภายใต้วัฒนธรรมและบริบท ของสังคมของบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม ภายใต้วิถีชีวิตของแต่ละบุคคล

lawton (2000) ได้กล่าวถึง ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีหรือคุณภาพชีวิตหรือการมีชีวิตที่ดีในผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้านที่สำคัญ คือ

1. การรับรู้คุณภาพชีวิต (perceived quality of life) หมายถึง การที่บุคคลมีการประเมินตนเอง เกี่ยวกับความผาสุกทางด้านจิตใจ ความสามารถในการทำหน้าที่ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อบุคคล ดังที่ได้กล่าวมา

2. สิ่งแวดล้อมของบุคคล (objective environment) หมายถึง สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุ

3. ความสามารถในการแสดงพฤติกรรม (behavioral competence) หมายถึง ความสามารถในการ ทำหน้าที่ของบุคคล ซึ่งรวมถึงการทำหน้าที่ของร่างกาย การมีสุขภาพที่ดี การรับรู้ที่ถูกต้องและการมีพฤติกรรม ทางสังคมที่ถูกต้อง

4. การมีความผาสุกทางด้านจิตใจ (psychological well-being) หมายถึง การที่บุคคลสามารถ ประเมินได้ว่า ประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาามีคุณภาพ โดยประเมินได้จากผลกระทบ ระดับความสุขที่ได้รับ และความสำเร็จที่ได้บรรลุตามความต้องการหรือเป้าหมายที่ตั้งไว้

จากปัจจัยที่สำคัญของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุนั้น ปัจจัยด้านความผาสุกด้านจิตใจที่มีการดำเนินชีวิต ให้ความพึงพอใจในชีวิตใกล้เคียงกับความเป็นอยู่ของตน และคอยสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพชีวิตของบุคคล อื่นด้วย

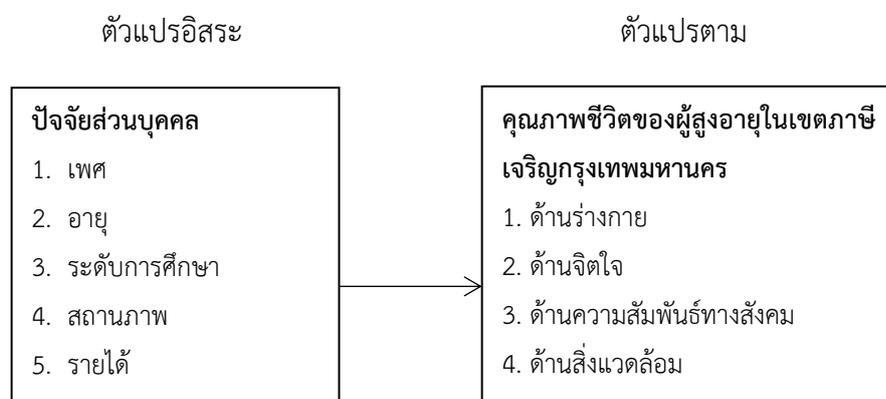
องค์การอนามัยโลก (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2554) ระบุถึงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตว่าประกอบไปด้วย

1. ด้านร่างกาย คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล
2. ด้านจิตใจ คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คือการรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ในสังคม
4. ด้านสิ่งแวดล้อม คือ การรับรู้เกี่ยวกับ สิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

จึงสรุปได้ว่าองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ประกอบด้วยสองปัจจัยหลัก คือ ปัจจัยที่มีผลต่อการดำรงชีพ ได้แก่ ปัจจัยสี่ อาหาร ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม รวมถึง สุขภาพพลานามัย การศึกษาและรายได้ต่อบุคคล เป็นต้น และปัจจัยด้านที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งเป็นปัจจัยที่มีผลเกี่ยวข้องกับความรู้สึกริเริ่มคิดของมนุษย์ เช่น เกียรติยศชื่อเสียงความมั่นคงในหน้าที่การงาน เสรีภาพในชีวิต ครอบครัว ชุมชน สังคม สิ่งแวดล้อม และการเมืองการปกครอง เป็นต้น

#### กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมากำหนดกรอบ แนวคิดในการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยศึกษาคุณภาพชีวิตของ (Lawton, 2000) และตัวชี้วัดการประเมินคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อฉบับภาษาไทย (สุวัฒน์ มหัตถนิรันดร์กุล และคณะ, 2559) เพื่อวัดคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้งหมด 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม สามารถเขียนเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

#### ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร มีองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ด้วยค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	ระดับคุณภาพชีวิต		
	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย
1. ด้านร่างกาย	4.01	0.67	มาก
2. ด้านจิตใจ	4.00	0.75	มาก
3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.92	0.69	มาก
4. ด้านสิ่งแวดล้อม	4.02	0.63	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.99</b>	<b>0.63</b>	<b>มาก</b>

จากตารางพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร 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

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 ( $\bar{X} = 4.04$ ) ท่านมีสุขภาพแข็งแรงเหมาะสมกับวัยของตนเอง ( $\bar{X} = 4.02$ ) ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากน้อย เพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน ( $\bar{X} = 3.96$ ) และท่านมีการพักผ่อนด้วยการนอนหลับอย่างเพียงพอ ( $\bar{X} = 3.93$ ) ตามลำดับ

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 ( $\bar{X} = 3.92$ ) และท่านรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ( $\bar{X} = 3.85$ ) ตามลำดับ

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 ( $\bar{X} = 3.90$ ) ท่านพึ่งพาสมาชิกในครอบครัวมากน้อยเพียงใด ( $\bar{X} = 3.90$ ) ท่านรู้สึกพอใจในการดูแลจากสมาชิกในครอบครัว ( $\bar{X} = 3.86$ ) และท่านรู้สึกพอใจกับการช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.85$ ) ตามลำดับ

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 ตอนนี้อยู่ มากน้อย เพียงใด ( $\bar{X} = 3.97$ ) ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็น ( $\bar{X} = 3.95$ ) และท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ ตามความจำเป็น มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.93$ ) ตามลำดับ

## อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร 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 ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะระบบกล้ามเนื้อและกระดูกที่เสื่อมถอย เป็นผลให้ผู้สูงอายุมีกล้ามเนื้อที่อ่อนแรง ไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ตามปกติ หกล้มได้ง่าย รวมถึงการเสื่อม สลายของแคลเซียมซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการเสริมสร้างให้กระดูกแข็งแรง เมื่อผู้สูงอายุประสบเหตุ อันตรายจากการทำงาน หรือการเคลื่อนไหวของร่างกาย อาจก่อให้เกิดความเสียหายกับกระดูกของ ผู้สูงอายุได้เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุวิทย์ งอกศรี (2560) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่า ภาพรวมระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ตามลำดับ เมื่อพิจารณาถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย 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 ท่านรู้สึกพอใจ

ในตนเองมากนัก้อยแคไหน ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเองได้ไหม ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยแคไหน และท่านรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแคไหน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ตามลำดับ จากการศึกษาพบว่า สภาวะทางจิตใจ เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความคาดหวัง โดยมีความพึงพอใจ และความสุขเป็นผลตอบแทนในการตัดสินใจกระทำตามแรงจูงใจ แสดงให้เห็นว่า สภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุที่ดี หรือมีความคาดหวังต่อชีวิตที่ดีก่อให้เกิดผลดีต่อการมีชีวิตที่ยืนยาว และสุขภาพอนามัยที่ดีในทางตรงข้ามหากผู้สูงอายุขาดความหวังหรือ แรงกระตุ้นทางด้านจิตใจ ส่งผลให้เกิดผลในทางลบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้น ผู้สูงอายุจึงควรมีสภาวะทางจิตใจที่มีความพร้อมรับต่อปัญหาต่าง ๆ ทั้งจากภายในและภายนอก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ลิริมา อิทธิประเสริฐ (2560) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแก่งกะเจ็ด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง ผลการวิจัยพบว่า ผลการประเมินสมรรถนะของผู้สูงอายุตามแบบประเมินความสามารถเชิงปฏิบัติดัชนีบาร์เรลเอดีแอล ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำรงชีพอยู่ในระดับไม่เป็นภาระพึ่งพาและการประเมินความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันขั้นสูง ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำรงชีพอยู่ในระดับไม่เป็นภาระพึ่งพา เช่นกัน ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแก่งกะเจ็ด อำเภอเมือง จังหวัดระยอง โดยภาพรวม มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง ส่วนผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบล แก่งกะเจ็ด 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 ท่านรู้สึกพอใจในการดูแลจากสมาชิกในครอบครัว และท่านรู้สึกพอใจกับการช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมากตามลำดับ จากการศึกษาพบว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมทางสังคมชนบท ที่เป็นรากเหง้าทางวัฒนธรรม ของสังคมไทย ที่มีลักษณะการเกี่ยวดองระหว่างกัน หรือสังคมเครือญาติ ที่คนในสังคมมีความสนิทสนมคุ้นเคย เอื้อเพื่อเผื่อแผ่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เกิดผลดีต่อผู้สูงอายุในทางจิตใจที่ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น ได้มีการเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสสังคมและกระแสโลกาภิวัตน์ที่มีผลทำให้สังคมไทยขาดความอบอุ่น อยู่อาศัยในลักษณะครอบครัวเดี่ยว ทำให้ผู้สูงอายุขาดความอบอุ่น ไม่ได้รับการดูแลจากบุคคลใกล้ชิดและบุคคลอันเป็นที่รัก ส่งผลกระทบต่อมีความสัมพันธ์กับครอบครัวน้อยลง รวมถึงการจากไปของบุคคลที่รู้จัก การจากไปของคู่ครองเป็นเหตุให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกว่าเหว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรียาตา ยังอยู่ (2562) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร ผลการวิจัยพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร โดยรวมมีค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ปัจจัยความสามารถในการแสดงพฤติกรรม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และปัจจัยการมีความสุขทางด้านจิตใจ ปัจจัยสิ่งแวดล้อมของบุคคล และปัจจัยการรับรู้คุณภาพชีวิต โดยรวมอยู่ในระดับต่ำทุกด้าน



4. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสิ่งแวดล้อม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก รองลงมา สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดมากน้อยเพียงใด ท่านรู้สึกว่าการอาศัยอยู่ในชุมชนทำให้ชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดี ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต (ความเป็นอยู่) อยู่ในระดับใด ท่านรู้สึกสะดวกสบายในการเดินทางไปในที่ต่าง ๆ ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ ตอนนี้ มากน้อยเพียงใด ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็น และท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ ตามความจำเป็น มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ จากผลการวิจัยพบว่า ควรมีนโยบายปรับปรุงสิ่งแวดล้อมที่ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ โดยจัดสถานที่สำคัญ แหล่งท่องเที่ยวภายในชุมชน หรือสถานที่ราชการ ให้มีเครื่องมืออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้สูงอายุให้สามารถปฏิบัติกิจวัตรได้อย่างปลอดภัยมากยิ่งขึ้น รวมถึงการปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่ด้อยโอกาสโดยอาศัยแรงงานภายในชุมชนเข้ามาช่วยเหลือในการดำเนินโครงการของภาครัฐ ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้สังคมเกิดความเอื้อเฟื้อและเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุในชุมชนมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของปภัสสิริ ไชยวุฒิ (2556) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองช้างคืน อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ผลการวิจัยพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองช้างคืน อำเภอเมืองจังหวัดลำพูน มีระดับคุณภาพชีวิตในระดับมากที่สุดในด้านสิ่งแวดล้อม และมีระดับคุณภาพชีวิตในระดับมาก 5 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสาธารณสุข และด้านสังคม เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพบว่าลำดับที่ 1 คือ ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิต ด้านสิ่งแวดล้อม และระดับคุณภาพชีวิตน้อยที่สุดคือตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ผลการศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยการทดสอบแบบไคสแควร์ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

### ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาเรื่อง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาษีเจริญกรุงเทพมหานคร สามารถสรุปข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย ดังนี้

#### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรมีการสนับสนุนการดูแลสุขภาพด้วยตนเองของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมการปลูกจิตสำนึกในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยบุคคลในครอบครัวและชุมชน และสนับสนุนการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จัดให้มีสถานที่ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ

2. ควรมีการดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุจากบุคคลในครอบครัว และชุมชนเป็นอย่างดี สนับสนุนการเสริมสร้างความรู้สึกรักมีคุณค่าของผู้สูงอายุให้มากขึ้น เช่น การไปแสดงความเคารพเนื่องในวันพ่อ วันแม่ การรดน้ำดำหัวในวันสงกรานต์ เป็นต้น และตั้งกลุ่มชมรมผู้สูงอายุขึ้นในแต่ละชุมชนเพื่อผู้สูงอายุมีกิจกรรมร่วมกัน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในวัยเดียวกัน

3. ควรมีการออกแบบจัดสภาพแวดล้อมทั้งในที่อยู่อาศัย และในชุมชนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีและปลอดภัย มีการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องเพื่อเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่เป็น

ประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต และสนับสนุนการพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสาร ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุที่ทันสมัย ครอบคลุม และสามารถเข้าถึงได้โดยง่าย

4. ควรมีการรณรงค์ให้ผู้สูงอายุสมัครเข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มหรือ ชมรมผู้สูงอายุมากขึ้น ถึงแม้ว่า ปัจจัยการเป็นสมาชิกชมรมไม่มีผลต่อคุณภาพชีวิต แต่จากการศึกษา ในด้านสัมพันธภาพทางสังคม ผู้สูงอายุ รับรู้ได้ถึงประโยชน์ของการพบปะผู้สูงอายุ ทำกิจกรรมร่วมกันทำให้สุขภาพร่างกายทั้งทางร่างกายและจิตใจดี ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้นด้วย

#### ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

1. ควรมีการศึกษาวิจัยในเชิงคุณภาพ เช่น วิธีการสัมภาษณ์เพื่อที่จะได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกของกลุ่ม ผู้สูงอายุ
2. ควรมีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมกับญาติ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ อาสาสมัครสาธารณสุข และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
3. ควรมีการขยายพื้นที่ในการทำวิจัยให้กว้างยิ่งขึ้น โดยอาจจะทำการวิจัย ให้ครอบคลุมในพื้นที่ระดับ จังหวัด ภาค และประเทศ

#### เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2554). *เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์กรอนามัยโลกชุดย่อฉบับ ภาษาไทย*. สืบค้นเมื่อ 25 ตุลาคม 2562, จาก <http://www.dmh.go.th/test/whoqol/>
- นิติวัฒน์ ไทพิทักษ์. (2556). *คุณภาพชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรตรี-โท (สองภาษา) คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (การค้นคว้าแบบอิสระเศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปภัสสิริ ไชยวุฒิ. (2556). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองช้างคืน อำเภอเมืองจังหวัด ลำพูน (การค้นคว้าแบบอิสระเศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปรียาดา ยังอยู่. (2562). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลดอนยาง อำเภอปะทิว จังหวัด ชุมพร (รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- ภูมิ โชคเหมาะ และคณะ. (2552). *กฎหมายการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- มาลี ปุยเสถียร. (2555). *การสำรวจคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลบ้านไร่ อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดพิษณุโลก (การศึกษาค้นคว้าอิสระคหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต)*. สาขาการพัฒนา ครอบครัวและสังคม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วิไลพร ขำวงษ์ และคณะ. (2554). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ*. *วารสารวิจัยทาง วิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 5(2), 32-40.
- สิริมา อธิ์ประเสริฐ. (2560). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแก่งกะเขต อำเภอเมือง จังหวัด ระยอง (รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล วีระวรรณ ตันติพิวัฒนสกุล และวนิดา พุ่มไพศาลชัย. (2559). *เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต ขององค์กรอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย*. ผู้แปล. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต.



- สุวิทย์ งามศรี. (2560). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลเมืองเตา อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม (รัฐศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Best, J.W. (1981). *Research in Education*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Dalkey N., & Rourke, D. (1973). *The Delphi procedure and rating quality of life factor in the quality of life concept*. Washington, D. C.: Environment Protection Agency.
- Lawton, J. (2000). *The dying process: Patient's experiences of palliative care*. London: Routledge.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An Introductory Analysis*. (3<sup>rd</sup> Ed.). New York: Harper and Row Publications.