

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ
เทศบาลเมืองแพรึกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ
Quality of Life Development of Older Persons in Elderly School of
Phraek Sa Town Municipality, Mueang Samut Prakan District,
Samut Prakan Province

กิงดาว แพหมอ¹, วิชชาญ จุลหริก² และอานุภาพ ทองบ่อ³
Gingdaow Pheamor¹, Witchan Junlarick² and Anuphap Thongbor³

Received: 2 December 2025 Revised: 15 February 2026 Accepted: 16 February 2026

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรึกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ (2) เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรึกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (3) เพื่อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรึกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการแจกแบบสอบถามให้กลุ่มเป้าหมายตอบด้วยตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติที และ สถิติเอฟ

ผลการวิจัยพบว่า (1) ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรึกษา มีความต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมาก (2) ผู้สูงอายุที่มีเพศ อายุ และจำนวนบุตรต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน ส่วนระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ไม่แตกต่างกัน (3) ข้อเสนอแนะสำคัญ ได้แก่ 1) ควรจัดกิจกรรมสร้างความสุขให้ผู้สูงอายุมากขึ้น 2) ปรับปรุงสภาพแวดล้อม

¹ นักศึกษา หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์

Master of Public Administration Program Southeast Asia University. Email:s6743810020@sau.ac.th

² อาจารย์ประจำ หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์

Master of Public Administration Program Southeast Asia University. Email: Witchanj@sau.ac.t

³ อาจารย์ประจำ สาขาวิชาการบัญชี คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์

Accounting Department, Faculty of Business Administration, Southeast Asia University.

Email: anuphapt@sau.ac.t

เช่น แก้ปัญหาน้ำเสีย 3) เพิ่มเบี้ยยังชีพให้เพียงพอต่อรายจ่าย และ 4) ส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองได้มากขึ้น

คำสำคัญ (Keywords): การพัฒนา คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research were (1) To study the quality-of-life level of the elderly at the Praeksa Municipality Elderly School, Mueang Samut Prakan District, Samut Prakan Province, (2) To compare of the quality-of-life level of the elderly at the Praeksa Municipality Elderly School, Mueang Samut Prakan District, Samut Prakan Province distinguish by personnel factors. (3) to recommendations about improving the quality-of-life level of the elderly at the Praeksa Municipality Elderly School, Mueang Samut Prakan District, Samut Prakan Province. This research was quantitative research. The sample were 100 persons. The statistical software using frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test, and F-test.

The results revealed that (1) the elderly at the Praeksa Municipality Elderly School had a high level of need for quality-of-life development, (2) gender, age, and number of living children significantly affected quality of life, while education, occupation, and income did not significant differences, and (3) The important recommendations included: 1) organizing more activities to enhance happiness among the elderly, 2) the environment improving such as addressing water pollution issues, 3) increasing the elderly allowance to adequately cover monthly expenses, and 4) promoting exercise to help the elderly take better care of themselves.

Keywords: Development, Quality of Life, Elderly

บทนำ (Introduction)

สถานการณ์ปัจจุบันประเทศไทยมีจำนวนประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว อันเนื่องมาจากวิวัฒนาการทางเทคโนโลยีและทางการแพทย์ที่มีการพัฒนาอย่างก้าวกระโดด จากในอดีต ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อการลดระดับการตาย ทำให้คนมีอายุที่ยืนยาวขึ้นกว่าแต่ก่อน มีอัตราการเสียชีวิตจากการเจ็บป่วยและโรคระบาดน้อยลง จากสถานการณ์ดังกล่าวส่งผลให้ผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ในปี 2567 จังหวัดสมุทรปราการ มีจำนวนผู้สูงอายุ 258,052 คน จากจำนวนประชากรทั้งหมด 1,358,941 คน (ระบบสถิติทาง การทะเบียน สำนักบริหารงานทะเบียน กรมการปกครอง) ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 18.99 และมีแนวโน้ม ที่จะสูงเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป โดยในวัยผู้สูงอายุนี้ พบว่าจะมีปัญหาทางสุขภาพกาย มีการเจ็บป่วยด้วย โรคเรื้อรัง โรค NCD และยังขาดความรู้ในด้านการดูแลสุขภาพ และยังมีปัญหาทางสุขภาพจิตใจ โดยจะพบว่า ผู้สูงอายุจะมีความวิตกกังวล นอนไม่หลับ รู้สึกไร้คุณค่า จำเป็นต้องได้รับการดูแลและ สนับสนุนจากครอบครัวอย่างใกล้ชิด รวมทั้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถ ปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ (ไพฑูรย์ เบ็ญจพรเลิศ, 2568)

ตามพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2542 ได้มีการกำหนดอำนาจหน้าที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นใน การจัดบริการสาธารณะไว้หลายด้านโดยเฉพาะด้านการสังคมสงเคราะห์และพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส โดยต้องมีการจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถพึ่งพาตนเองได้ เช่น การจ่ายเงินค่าเบี้ยยังชีพให้แก่ผู้สูงอายุ เป็นต้น และ ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ได้ให้ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง ส่งเสริม ผลักดัน ในหลาย ๆ ด้าน มีการอำนวยความสะดวกให้บริการที่ร้องไว้กับผู้สูงอายุเป็นพิเศษ จัดให้ผู้สูงอายุ มีการประกอบอาชีพ ได้รับการฝึกฝนวิชาชีพเพื่อพัฒนาตนเอง ให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม มีความช่วยเหลือ ด้านการคิดค่าบริการต่างๆอย่างสมเหตุสมผล (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2568)

อย่างไรก็ตามการพัฒนาในด้านต่าง ๆ เช่น การพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมการเรียนรู้และ สื่อต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ผู้วิจัยเองในฐานะที่เป็นคนในท้องถิ่น ได้ตระหนักถึง ปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้สังคมและชุมชนได้มีการเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับปัญหาผู้สูงอายุที่กำลัง เกิดขึ้น โดยเฉพาะเทศบาลที่เป็นองค์กรที่รับผิดชอบในท้องถิ่น ควรจะต้องให้การสนับสนุนส่งเสริม กิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเห็นสมควรว่าควรมีการศึกษาถึงแนวทางการพัฒนา

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยศึกษาจากข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา โดยจะทำให้โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จัดให้มีหลักสูตรที่เหมาะสม มีโครงสร้างการบริหารชุมชนที่เข้มแข็ง มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ตอบสนองต่อผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสภาพแวดล้อม ทำให้มีศักยภาพในการช่วยเหลือตนเอง สามารถอบรมบุตรหลาน มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น รวมถึงเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคม เพื่อเป็นโรงเรียนผู้สูงอายุต้นแบบแก่ชุมชนอื่น ๆ เป็นแนวทางพัฒนาแก่เทศบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Research Objectives)

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ
2. เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล
3. เพื่อเสนอแนะเกี่ยวกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ

สมมติฐานของการวิจัย

1. ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีเพศต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน
2. ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีอายุต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน
3. ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีระดับการศึกษาต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน
4. ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีอาชีพต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน
5. ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีจำนวนบุตรต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน
6. ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีรายได้เฉลี่ยต่างกัน มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน

ทบทวนวรรณกรรม (Literature Review)

ความหมายของคุณภาพชีวิต

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542) ได้ให้ความหมายไว้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง ลักษณะที่ดีเด่นของบุคคลในความเป็นอยู่

World Health Organization (1995 : 1403 – 1409, อ้างใน พรพิรุณภัทร บุญก้อน (จิตเมโธ), 2564 : 14) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า เป็นการรับรู้ของบุคคลต่อสถานะในชีวิต ภายใต้บริบทของวัฒนธรรมและสังคมที่อาศัยอยู่ โดยมีสัมพันธ์กับเป้าหมาย ความคาดหวัง มาตรฐานของสังคม และสิ่งอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องซึ่งครอบคลุมองค์ประกอบใน 4 มิติ คือ มิติด้านสุขภาพกาย มิติด้านสุขภาพจิต มิติด้านความสัมพันธ์ทางสังคมและมิติด้านสภาพแวดล้อม

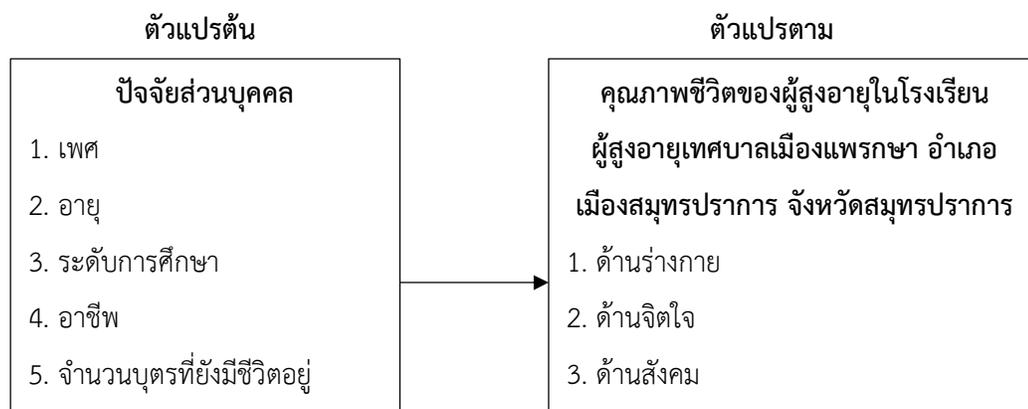
UNESCO (1978 : 89, อ้างใน นาเดีย ศิริพิพัฒน์สกุล, 2568 : 5) ได้สรุปความคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตไว้ว่า “คุณภาพชีวิตเป็นความรู้สึกของการอยู่อย่างมีความสุขมีความพอใจ” ต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ของชีวิตซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญมากที่สุด โดยมีความพอใจต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ได้แก่ อาหาร สุขภาพอนามัย โภชนาการ การศึกษา สิ่งแวดล้อม รายได้ ที่อยู่อาศัยและทรัพยากร

Dubos (1979 : 8 – 9, อ้างใน พิระวัฒน์ แยมจันทร์, 2566 : 36) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า การอิมเมในชีวิตซึ่งแสดงถึงความสุข ซึ่งเชื่อว่าบุคคลมีการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อม เพื่อรักษาคุณภาพกับสิ่งแวดล้อม โดยการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม

Yong และ Longman (1983 : 43, อ้างใน พรพิรุณภัทร บุญก้อน (จิตเมโธ), 2564 : 15) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตเป็นระดับความพึงพอใจในชีวิตปัจจุบันเกิดขึ้นจากการรับรู้ของแต่ละบุคคล

จากข้างต้นสรุปได้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง การที่บุคคลหรือสังคมรับรู้ถึงระดับความสุขและความพึงพอใจต่อสภาพชีวิตและความเป็นอยู่ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ภายใต้บริบทของสังคมนั้น ๆ ที่ตนได้อาศัยอยู่ อันได้แก่ ทางด้านร่างกาย จิตใจ ความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ สังคม สิ่งแวดล้อมเศรษฐกิจ และการสร้างสัมพันธ์ภาพกับคนในสังคมเพื่อให้เกิดที่ยอมรับ ภายใต้ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ทั้งนี้ยังรวมถึงระดับความพึงพอใจต่อการได้รับหรือเข้าถึงนโยบายบริการหรือสวัสดิการอีกด้วย

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย (Research Methods)

การศึกษาเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการสำรวจ (Survey Research) มีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรเทศา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำนวนทั้งสิ้น 100 คน (อ้างอิงข้อมูลเทศบาลเมืองแพรเทศา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรเทศา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำนวนทั้งสิ้น 100 คน

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุรวมถึงเอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ขอบเขตด้านพื้นที่

การวิจัยนี้ใช้พื้นที่ในการดำเนินการวิจัยเป็นการศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรเทศา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ

ขอบเขตด้านระยะเวลา

การวิจัยนี้เริ่มทำการศึกษาในช่วงเดือนตุลาคม ถึงเดือนธันวาคม 2568

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลโดยใช้การแจกแจงความถี่ (Frequency) และการหาค่าร้อยละ (Percentage)

ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) และการวิเคราะห์ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

การวิเคราะห์เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้การวิเคราะห์ค่าที (t-test) เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย 2 กลุ่ม และวิเคราะห์ค่าเอฟ (F-test) ใช้เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่มากกว่า 2 กลุ่ม ถ้าพบความแตกต่างจะต้องทำการเปรียบเทียบลักษณะรายคู่ (Multiple comparison) โดยจะใช้วิธีการทดสอบตามวิธีของเชฟเฟ (Sheffe's Method) ตามลำดับ

ผลการวิจัย (Research Results)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการจังหวัดสมุทรปราการ

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	21	21
หญิง	79	79
รวม	100	100
2. อายุ		
60 – 64 ปี	21	21
65 – 69 ปี	25	25
70 – 74 ปี	40	40
75 – 79 ปี	8	8
80 ปีขึ้นไป	6	6
รวม	100	100

จากตารางที่ 1 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 65 – 69 ปี มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เป็นบุคคลว่างงาน มีบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่ 2 คน และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ต่ำกว่า 10,000 บาท

ผลการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ

ตาราง 2 ผลการวิเคราะห์ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ ด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในภาพรวม

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	ความเห็นหรือความรู้สึก			
	\bar{X}	SD	ระดับ	ลำดับ
1. คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย	3.67	0.22	มาก	4
2. คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ	3.74	0.16	มาก	3
3. คุณภาพชีวิตด้านสังคม	4.06	0.09	มาก	1
4. คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม	3.97	0.10	มาก	2
รวม	3.86	0.58	มาก	

จากตารางที่ 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวม จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม 100 คน ปรากฏว่าระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.86$, SD 0.58) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับมาก ลำดับที่ 1 คุณภาพชีวิตด้านสังคม ($\bar{X} = 4.06$, SD 0.09) ลำดับที่ 2 คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 3.97$, SD 0.10) ลำดับที่ 3 คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ($\bar{X} = 3.74$, SD 0.16) และ ลำดับที่ 4 คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ($\bar{X} = 3.67$, SD 0.22)

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

สมมติฐาน ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์สามารถแสดงได้ดังนี้

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมือง
แพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคล	Sig
เพศ	.000*
อายุ	.009*
ระดับการศึกษา	.123
อาชีพ	.292
จำนวนบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่	.007*
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	.452

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 3 พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ และจำนวนบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่
แตกต่างกัน มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมือง
สมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงยอมรับ
สมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนปัจจัยระดับการศึกษาและอาชีพแตกต่างกัน มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
ในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ
ไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิต และเพื่อเปรียบเทียบคุณภาพ
ชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัด
สมุทรปราการ โดยมีการรวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอ
เมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ ที่เข้าศึกษาในปีการศึกษา 2568 จำนวน 100 คน ผู้ตอบ
แบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 65 – 69 ปี มีวุฒิการศึกษาระดับปฐมนศึกษา
ส่วนใหญ่เป็นบุคคลว่างงาน มีบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่ 2 คน และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ต่ำกว่า 10,000
บาท จากการสำรวจพบว่า

1. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมือง
สมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ อยู่ในระดับมาก (\bar{X} = 3.86, SD 0.58)

2. ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา
อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล
ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน
ที่แตกต่างกัน มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรงษา อำเภอเมือง

สมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนผู้ปัจจัยระดับการศึกษาและอาชีพแตกต่างกัน มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล (Research Discussion)

จากการศึกษาเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ สามารถนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลมาอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในรายด้านพบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยจากผลการศึกษาอภิปรายได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับการยอมรับจากชุมชน รวมถึงคนในชุมชนให้ ความเคารพนับถือ โดยสิ่งเหล่านี้เป็นการตอบสนองความต้องการทางด้านสังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เจษฎา นกน้อย และวรรณกร บริพันธ์ (2560) พบว่า ผู้สูงอายุในจังหวัดสงขลามีคุณภาพชีวิตในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และพบว่าองค์ประกอบด้านสังคมอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิธิภัทร ชิตานนท์ (2563) พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมืองชลบุรี จังหวัดชลบุรี ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และพบว่า ด้านสภาพสังคมและด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของภัทรภรณ์ ดั่งวง (2563) พบว่า ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเทศบาลนคร นนทบุรี จังหวัดนนทบุรี ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และพบว่า ด้านการสนับสนุนทางสังคม อยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ จักรพันธ์ พรหมฉลวย (2568) พบว่า ระดับสุขภาวะผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุต้นแบบ จังหวัดสมุทรปราการ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับมากทุกด้าน

2. ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่แตกต่างกัน มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองแพรกษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของณัฐกานต์ อ่องเอื้อ (2564) ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศ และอายุ ต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบ้านสวน จังหวัดชลบุรี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับ ศันสนีย์ โอถาวรวงษ์ (2565) พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหัวภูญแจ อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี ที่มีเพศ และอายุแตกต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และสอดคล้องกับ ปทุมวรรณ กาลปัก และวรัชยา ศิริวัฒน์ (2563) พบว่า ลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ จำนวนบุตร ที่แตกต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01

องค์ความรู้ใหม่ (New Knowledge)

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับการดูแลเชิงรุกแบบองค์รวม ไม่เพียงต่อการดูแลด้านการรักษาโรคเท่านั้น แต่ต้องให้ความสำคัญต่อการดูแลคุณภาพชีวิตทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม เพราะผู้สูงอายุต้องเผชิญกับปัญหาทั้งทางร่างกาย และจิตใจ จึงจำเป็นต้องหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้ครอบคลุมในทุก ๆ ด้านเพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีสามารถพึ่งตนเองและอยู่ในสังคมได้โดยไม่เป็นภาระกับบุคคลอื่นและสามารถดำรงชีวิตด้วยตนเองได้อย่างมีคุณค่า ดังนั้น การส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ได้ผลที่สุดคือการบูรณาการทั้งชุมชน ครอบครัว และตัวผู้สูงอายุเองในการดูแลสุขภาพกายและใจไปพร้อมกัน รวมถึงความร่วมมือทางภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคมในการดำเนินการเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะ (Research Suggestions)

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ผู้สูงอายุควรได้รับการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุที่อยู่บนพื้นฐานของปัจจัยที่สำคัญต่อการดำรงชีวิตที่เหมาะสมและเพียงพอกับสภาพสังคมที่เกิดขึ้นจริงในปัจจุบัน
2. ผู้สูงอายุควรได้รับปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าโดยให้ความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพกับระบบการแพทย์ และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่หลากหลายเพื่อช่วยลดปัญหาการอยู่ติดบ้าน และลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. ควรเพิ่มกิจกรรมภายในกันเองทุกเดือนเพื่อให้ผู้สูงอายุที่ได้มาพบปะสังสรรค์ เชื่อมความสัมพันธ์กัน เช่น การให้ความรู้ในเรื่องการประกอบอาชีพแก่ผู้สูงอายุเพื่อเป็นทางเลือกสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องการมีอาชีพเพื่อเสริมรายได้ให้กับตัวเอง

2. ควรมีบริการให้คำปรึกษาทางด้านสุขภาพแก่ผู้สูงอายุโดยการจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำเดือนทั้งการดูแลทางร่างกายและจิตใจ

3. ควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าถึงสื่อเทคโนโลยี เช่น การเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้วยระบบอินเทอร์เน็ต หรือสมาร์ทโฟน โดยมุ่งเน้นให้มีการปฏิบัติจริงเพื่อให้ผู้สูงอายุนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ทั้งนี้ ผู้สูงอายุจะสามารถเข้าถึงข้อมูลข่าวสารจากทางราชการหรือทราบถึงสิทธิต่าง ๆ ที่ตนเองพึงได้รับ

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรขยายการศึกษาไปยังโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่อื่นของจังหวัดสมุทรปราการ หรือจังหวัดใกล้เคียง เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในบริบทที่หลากหลายมากขึ้น และเพิ่มความเที่ยงตรงของผลการวิจัย

2. ควรศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจมีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เช่น ปัจจัยด้านสุขภาพจิต การสนับสนุนจากครอบครัว การมีส่วนร่วมทางสังคม หรือการเข้าถึงเทคโนโลยีดิจิทัล เพื่อให้เข้าใจองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตในเชิงลึกมากยิ่งขึ้น

3. ควรใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานโดยเพิ่มการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงคุณภาพมาประกอบกับข้อมูลเชิงปริมาณ ทำให้ได้ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายที่มีมิติและครอบคลุมมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง (References)

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2568). **สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุ**. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ 25 มกราคม 2569.

จาก: <https://www.dop.go.th/th/benefits/3/765>

จักรพันธ์ พรหมฉลวย. (2568). **แนวทางการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุต้นแบบ โดยบูรณาการศาสตร์พระราชเป็นฐานการพัฒนาแบบองค์รวม ในจังหวัดสมุทรปราการ**. วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี ปีที่ 8 ฉบับที่ 3, กันยายน-ธันวาคม 2568, 31-44.

ณัฐกันต์ อ่องเอื้อ. (2564). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบ้านสวน จังหวัดชลบุรี**. ปรินฤรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต. วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ. มหาวิทยาลัยบูรพา.

นาเดีย ศิริพิพัฒน์สกุล. (2568). **คุณภาพชีวิตเกษตรกรชาวสวนยาง ภายใต้สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ในเขตเทศบาลตำบลปะแต อำเภอยะหา จังหวัด**

- ยะลา. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ 25 มกราคม 2569. จาก: https://is.rajapark.ac.th/assets/uploads/68c292436f4adบทความวิจัย_นาเดีย.pdf
- ปทุมวรรณ กาลปิก และวรัชยา ศิริวัฒน์. (2563). **คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร**. วารสารรัฐศาสตร์ ปีที่ 14 ฉบับที่ 36 กันยายน-ตุลาคม 2563 TCI (กลุ่มที่ 2) มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปี 2563-2567, 302-316.
- พรพิรุณภัทร บุญก้อน (จิตเมโธ). (2564). **การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม**. วิทยานิพนธ์ปริญญารัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- พีระวัฒน์ แยังจันทร์. (2566). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความอ้างว้างในผู้สูงอายุกะเหรี่ยงเผ่าปกากะญอที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง อำเภอสองยาง จังหวัดตาก**. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ไพฑูรย์ เบ็ญจพรเลิศ. (2568). **โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs): โรคร้ายที่เราสร้างเอง**. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ 25 มกราคม 2569. จาก: <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/article/โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง-ncds-โ/>
- คันสนีย์ โอถาวรวงษ์. (2565). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลห้วยญแจ อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี**. รัฐศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.