

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การ
บริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี

The Development of the Quality of Life in Elderly People based on *Bhāvanā*
by Wang Luek Subdistrict Administrative Organization, Sam Chuk District,
Suphan Buri Province

วลัยกรณ์ จันทรทอง

Walikorn Chanthong

พระครูโสภณวีรานุวัตร

Phrakhu Sophonveeranuwat

นพดล ดีไทยสงค์

Noppadol Deethaisong

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

E-mail: wal.walaikorn@gmail.com

วันที่รับบทความ (Received) : 11 กุมภาพันธ์ 2566

วันที่แก้ไขบทความ (Revised) : 27 ธันวาคม 2566

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) : 27 ธันวาคม 2566

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. เพื่อศึกษาระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี 2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี 3. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 การศึกษาครั้งนี้ดำเนินการตามระเบียบวิธีวิจัย โดยเป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) ระหว่างระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 348 คน และระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 9 คน

ผลการวิจัยพบว่า 1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก 2. ความสัมพันธ์ระหว่างการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}$ = 4.36, S.D. = 0.646) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ด้านปัญญาภาวนา ($\bar{X}$ = 4.39, S.D. = 0.654) รองลงมาคือ ด้านศีลภาวนา ($\bar{X}$ = 4.38, S.D. = 0.615) ด้านกายภาวนา ($\bar{X}$ = 4.37, S.D. = 0.670) และ ด้านจิตภาวนา ($\bar{X}$ = 4.31, S.D. = 0.645) 3. ความสัมพันธ์ระหว่างการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ

ผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกในทิศทางเดียวกันอยู่ในระดับสูงมาก 0.962 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และเมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านจิตภาวนา, ด้านปัญญาภาวนา, และด้านศีลภาวนา, ด้านกายภาวนา มีความสัมพันธ์ทางบวกในทิศทางเดียวกันในระดับสูง

คำสำคัญ: การพัฒนา, ผู้สูงอายุ, ภาวนา 4

ABSTRACT

The study consisted of the following objectives: 1) to investigate the development of the quality of life in the elderly in Wang Luek Subdistrict Administrative Organization, Sam Chuk District, Suphan Buri Province; 2) to study the comparison between the development of elderly's quality of life based on *Bhāvanā* and the development of the quality of life in elderly people by Wang Luek Subdistrict Administrative Organization, Sam Chuk District, Suphan Buri Province; and 3) to present the guidelines for the development of the quality of life in elderly. The study used mixed-methods research, with quantitative data acquired from 348 people and qualitative data collected from 9 people.

From the study, the following results are found: 1) The development of the quality of life in the elderly people is overall at a high level with a mean. 2) The comparison between the development of elderly's quality of life based on *Bhāvanā* and the development of the quality of life in elderly the is overall at a high level ($\bar{X} = 4.36$, S.D. = 0.646). When each aspect is examined, it is discovered that *paññā-bhāvanā* (wisdom development) has the highest level of mean ($\bar{X} = 4.39$, S.D. = 0.654), followed by *sīla-bhāvanā* (moral development) ($\bar{X} = 4.38$, S.D. = 0.615), then *kāya-bhāvanā* (physical development) ($\bar{X} = 4.37$, S.D. = 0.670), and lastly, *citta-bhāvanā* (emotional development) ($\bar{X} = 4.31$, S.D. = 0.645). 3) The development of the elderly's quality of life based on *Bhāvanā* is positively correlated in the same direction at a high level of 0.962, with a statistical significance of 0.01. When each aspect is examined, it is revealed that *citta-bhāvanā*, *paññā-bhāvanā*, *sīla-bhāvanā*, and *kāya-bhāvanā* are positively correlated in the same direction at a high level.

Keywords: Development, Elderly, Bhavana 4

1. บทนำ

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2564) ดำเนินการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทยครั้งแรกในปี 2537 และการสำรวจในปี 2565 นี้ นับเป็นการสำรวจครั้งที่ 7 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล ลักษณะทางประชากร เศรษฐกิจ สังคม ภาวะสุขภาพ การเกื้อหนุน ตลอดจนลักษณะการอยู่อาศัยของ ผู้สูงอายุ โดยเก็บรวบรวมข้อมูล จากครัวเรือนตัวอย่างทั่วประเทศ ระหว่างเดือนตุลาคม-ธันวาคม พ.ศ. 2564 ซึ่งสรุปผลการสำรวจที่สำคัญได้

ดังนั้นคือ ลักษณะทางประชากรของผู้สูงอายุ ในปี 2564 มีผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) จำนวน 13,358,751 คน หรือร้อยละ 19.6 ของประชากรทั้งหมด โดย แบ่งเป็นผู้สูงอายุชาย 5,974,022 คน (ร้อยละ 44.7) และผู้สูงอายุหญิง 7,384,729 คน (ร้อยละ 55.3) สำหรับแนวโน้มของผู้สูงอายุ พบว่า ประเทศไทยมีจำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง โดยเพิ่มจากร้อยละ 6.8 ในปี 2537 เป็นร้อยละ 19.6 ในปี 2564

ผู้สูงอายุถือว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าเนื่องจากทำคุณประโยชน์ให้กับประเทศชาติมา เป็นระยะเวลานานและได้สั่งสมประสบการณ์ต่างๆ ทั้งในการทำงานและดำเนินชีวิตซึ่งจะสามารถ ถ่ายทอดประสบการณ์ที่มีคุณค่าให้กับบุคคลรุ่นหลังได้ ประเทศไทยซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสมาชิก องค์การสหประชาชาติได้ให้ความสำคัญของผู้สูงอายุ และปฏิบัติตามสมัชชาขององค์การสหประชาชาติที่ ให้สิทธิผู้สูงอายุในด้านความเป็นอิสระ การมีส่วนร่วม การดูแลเอาใจใส่ ความพึงพอใจในตนเองและ ศักดิ์ศรี และได้กำหนดให้วันที่ 13 เมษายน ของทุกปีเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาตินอกจากนี้ ใน รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทยพ.ศ. 2540 ยังได้บัญญัติสิทธิของผู้สูงอายุ โดยบรรจุไว้ในหมวดของสิทธิและเสรีภาพของชนชาวไทย และหน้าที่ชนชาวไทยเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความช่วยเหลือ มีคุณภาพชีวิตที่ดีและพึ่งตนเองได้อีกด้วย

องค์การบริหารตำบลวังลึก เป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ซึ่งมีหน้าที่ในการดำเนินการบริหาร และพัฒนาตำบลในทุกๆ ด้านของประชาชน ทั้งในส่วนของการพัฒนาคุณภาพชีวิต สภาพเศรษฐกิจ สังคม และความเป็นอยู่ของประชาชนในท้องถิ่น ให้มีความอยู่ดีกินดี ซึ่งในส่วนของการหลักการของการ จัดรูปแบบการปกครองส่วนท้องถิ่นนั้น มีเหตุผลสำคัญประการหนึ่งคือ เพื่อให้องค์กรปกครองส่วน ท้องถิ่น ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมด้วยตนเอง เพื่อช่วยแบ่งเบาภาระของรัฐบาล ถือเป็นงานปฏิบัติงาน ที่ตรงกับสภาพปัญหาและความต้องการของประชาชนในพื้นที่มากที่สุด ทำให้บทบาทหนึ่งของ ผู้บริหารองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นคือการ กำหนดนโยบายในการพัฒนาองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน องค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยพิจารณาจากคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ การพัฒนาจิตใจ การพัฒนาสังคม และการพัฒนาเศรษฐกิจซึ่งเป็นแนวทางในการปรับปรุง สวัสดิการให้เหมาะสมของผู้สูงอายุใน พื้นที่ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก เพื่อนำผลการศึกษาที่ ได้ทำเป็นแนวทางในการพัฒนาการดำเนินงานขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก ให้มีประสิทธิภาพ มากยิ่งขึ้น และสามารถรองรับปัญหาการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรในอนาคต

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างหลักภาวะ 4 กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี
3. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี

3. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1 ประชากร ได้แก่ ประชาชนอายุ 60 ปีขึ้นไป ในพื้นที่ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 2,631 คน

3.2 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ นายกองค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก 1 คน รองนายกเทศมนตรีองค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก 2 คน ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก 1 คน ผู้อำนวยการกองสวัสดิการและสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก 1 คน ตัวแทนผู้นำชุมชนองค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก 2 คน และตัวแทนผู้สูงอายุ 2 คน จำนวน 9 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง

3.3 ขอบเขตด้านพื้นที่ ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ในการวิจัย คือ องค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี

4. วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยใช้รูปแบบการวิจัยแบบผสมวิธี กล่าวคือ ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ กับกลุ่มประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ในพื้นที่เทศบาลเมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 348 คน โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการแจกแบบสอบถาม พร้อมทั้งใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก และสนทนากลุ่ม กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 9 คน โดยการเก็บรวบรวม ข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่ได้กำหนดไว้

การวิจัยเชิงปริมาณ

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 2,631 คน สุ่มตัวอย่างแบบเป็นระบบมาจากประชาชนตั้งแต่อายุ 18 ปีขึ้นไปที่อยู่ในพื้นที่หมู่บ้านขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สร้างแบบสอบถาม โดยแบ่งเป็น 4 ตอนดังนี้ ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักวิถีพุทธ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านกายภาพนา ด้านสรีระภาพนา ด้านจิตภาพนา และด้านปัญญาภาพนา ตอนที่ 3 เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ตอนที่ 4 แบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามโดยการประสานงานกับผู้นำชุมชนในแต่ละหมู่บ้าน ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก ทั้ง 15 หมู่บ้าน เพื่อแจกแบบสอบถามให้กับประชาชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง 348 ฉบับ พร้อมรับคืนด้วยตนเอง

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติพรรณนา ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลของแบบสอบถาม โดยใช้ตารางแสดงค่าร้อยละ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

สถิติอนุมาน ในการทดสอบสมมติฐานนั้น ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ในส่วนของการพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยใช้หลักวิธีพุท ว่ามีอย่างน้อยเพียงใด โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน เป็นค่าวัดความสัมพันธ์ ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน เพื่อทดสอบสมมติฐานเนื่องจากระดับของตัวแปรที่ใช้เป็นระดับอันตรรกภาพ และสามารถคำนวณได้ทั้งตัวแปรอิสระและตัวแปรตามค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยทั่วไปนิยมใช้สัญลักษณ์ (r) แทนสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของกลุ่มการบอกระดับหรือขนาดของความสัมพันธ์จะใช้ตัวเลขของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ หากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มีค่าเข้าใกล้

การวิจัยเชิงคุณภาพ

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 9 รูปหรือคน ได้แก่ 1. นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา 2. นักวิชาการด้านรัฐประศาสนศาสตร์ 3. ผู้บริหารท้องถิ่น 4. ผู้ปฏิบัติงาน และ 5. ผู้นำชุมชน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยโดยการสร้างเครื่องมือเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบทสังเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัยและนำเสนอต่อไป

5. ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ระดับความคิดเห็น

ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ด้านกายภาวนา	4.37	0.670	มาก
2. ด้านสืลภาวนา	4.38	0.615	มาก
3. ด้านจิตภาวนา	4.31	0.645	มาก
4. ด้านปัญญาภาวนา	4.39	0.654	มาก
ภาพรวม	4.36	0.646	มาก

พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ยคือ ($\bar{X}$ = 4.36, S.D. = 0.646) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ข้อ 4. ด้านปัญญาภาวนา ($\bar{X}$ = 4.39, S.D.

= 0.654) รองลงมาคือ ข้อ 2. ด้านสืลภาวนา ($\bar{X}$ = 4.38, S.D. = 0.615) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ ข้อ 3. ด้านจิตภาวนา ($\bar{X}$ = 4.31, S.D. = 0.645)

ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ด้านร่างกาย	4.20	0.753	มาก
2. ด้านจิตใจ	4.32	0.636	มาก
3. ด้านสังคม	4.38	0.660	มาก
4. ด้านสติปัญญา	4.33	0.649	มาก
ภาพรวม	4.30	0.674	มาก

พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}$ = 4.30, S.D. = 0.674) และเมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ข้อ 3. ด้านสังคม มีค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}$ = 4.38, S.D. = 0.660) รองลงมาคือ ข้อ 4. ด้านสติปัญญา มีค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}$ = 4.33, S.D. = 0.649) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ ข้อ 1. ด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X}$ = 4.20, S.D. = 0.753)

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยภาพรวม

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์					
การพัฒนาคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุโดย ใช้หลักภาวะนา 4	ตัวแปรตาม				
	คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านสังคม	ด้านสติปัญญา
โดยภาพรวม	0.962**	0.948	0.959	0.943	0.957
1. ด้านกายภาวนา	0.944	0.940	0.978	0.939	0.946
2. ด้านสืลภาวนา	0.970	0.943	0.938	0.9434	0.948
3. ด้านจิตภาวนา	0.983	0.947	0.956	0.942	0.959
4. ด้านปัญญาภาวนา	0.971	0.932	0.946	0.927	0.945
หลักภาวนา 4	ผู้สูงอายุ				
	ค่าสหสัมพันธ์ (r)		0.962		
	P		0.01		
	ระดับความสัมพันธ์		สูงมาก		

พบว่า หลักภาวะ 4 โดยภาพรวม และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมาก ($R = 0.962^{**}$) เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า ข้อ 3. ด้านจิตภาวะ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมาก ($R = 0.983^{**}$) เป็นลำดับแรก รองลงมา คือ ข้อ 4. ด้านปัญญาภาวะ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมาก ($R = 0.971^{**}$) และด้านที่น้อยที่สุดคือ ข้อ 1. ด้านกายภาพ โดยภาพรวม มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงมาก ($R = 0.944^{**}$)

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวะ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี

ด้านกายภาพ มีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และสามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคม เพื่อพัฒนาเทศบาลให้เป็นเมืองน่าอยู่อย่างยั่งยืน มีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม เช่น กิจกรรมยืดเหยียดกล้ามเนื้อและการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการเรียนรู้วิชาการต่างๆ เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้มีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ด้านสื่ลภาวะ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ประเพณี วัฒนธรรม และวันสำคัญต่างๆ เพื่อเป็นการสนับสนุนในการดูแลสุขภาพกายและใจแก่ผู้สูงอายุในชุมชน จัดกิจกรรมสนับสนุนด้าน

ประเพณีวัฒนธรรมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น ทำบุญใส่บาตรในวันสำคัญต่างๆ การเวียนเทียน การบวชถวายเป็นพระราชกุศล การถือศีล เป็นต้น

ด้านจิตภาวนา เทศบาลได้กำหนดมาตรการ แผนงาน และนโยบายต่างๆ เพื่อให้การช่วยเหลือผู้สูงอายุ ตั้งแต่การจัดตั้งสถานสงเคราะห์คนชรา สวัสดิการเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การรักษาพยาบาลโดยไม่ต้องเสียค่ารักษาพยาบาล การศึกษา อาชีพ และบริการสังคม เมื่อผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่ก็จะทำให้สภาพจิตใจดีตามไปด้วย จัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ทำร่วมกันในสังคม เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ และรู้จักนำหลักธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิต ทำจิตใจให้เบิกบาน รู้จักใช้หลักธรรมมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ไม่ทำสิ่งผิดศีลธรรม รู้จักพัฒนาตัวเองอยู่เสมอ เพื่อเป็นตัวอย่างให้กับคนรุ่นหลัง

ด้านปัญญาภาวนา เทศบาลมีการจัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ เช่น การบริการตรวจสุขภาพ การจ่ายเบี้ยยังชีพ การจัดกิจกรรมนันทนาการ และสวัสดิการสังคมในด้านต่างๆ เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ ซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุ และครอบครัวผู้สูงอายุมีความสุข

6. อภิปรายผลการวิจัย

1. ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภานา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี

1.1 ด้านร่างกาย ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมาก เนื่องจากผู้สูงอายุรับรู้สภาพร่างกายของตนเองซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตนเอง การรับรู้ถึงผลกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น และเมื่อสภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายลดน้อยถอยลงก็จะทำให้ความสามารถในการทำงานลดน้อยลงตามไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรนิษฐ์ แสงทองสุข (2562) ได้วิจัยเรื่องการศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย กรณีศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพร่างกายที่ดี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก

1.2 ด้านจิตใจ ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมาก เนื่องจากผู้สูงอายุรับรู้สภาพจิตใจของตนเอง เช่น รับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงสภาพลักษณะของตนเอง รับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจและการเรียนรู้เรื่องราวต่างๆ ของตน และความสามารถการควบคุมตนเอง ถึงแม้สิ่งต่างๆ เหล่านี้จะลดน้อยถอยลง แต่ผู้สูงอายุเองยังเห็นคุณค่าในตัวเองและมีความมั่นใจในตัวเองอาจเป็นเพราะผู้สูงอายุยอมรับกับสิ่งที่ต้องเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาจึงทำให้มีสภาพจิตใจที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรางทิพย์ ภักดีศรีไพรวัลย์ (2562) ได้วิจัยเรื่องการศึกษาคุณภาพชีวิตของคนในชุมชนบ้านแสนตอ หมู่ 11 ตำบลท่าผา อำเภอกะลา จังหวัดลำปาง ผลการวิจัยพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ มีระดับคุณภาพอยู่ในระดับคุณภาพชีวิตดี

1.3 ด้านสังคม ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับมาก เนื่องจากผู้สูงอายุรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น รับรู้ว่าตนสามารถช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมได้ตามความสามารถของตน สามารถร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ของชุมชนได้ แต่ยังต้องการให้หน่วยงานราชการเข้ามาให้การช่วยเหลือในด้านต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กุลรรา พิมพ์ใจใส (2563) ได้วิจัยเรื่องเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุตามหลักภานา 4 ของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยส่วนกลาง ผลการวิจัยพบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุตาม

หลักภาวะนา 4 ของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยส่วนกลาง โดยรวมมีค่าเฉลี่ยด้านสังคมอยู่ในระดับมาก

1.4 ด้านสติปัญญา ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมาก เนื่องจากผู้สูงอายุ มีประสบการณ์ในการดำเนินชีวิต ทำให้สามารถรับรู้ถึงความเชื่อต่างๆ ก่อนจะเชื่อสิ่งใดต้องศึกษาหรือตรวจสอบให้ถ่องแท้ แลกเปลี่ยนความคิด ให้คำปรึกษาแก่ผู้อื่น เสนอสิ่งที่เป็นประโยชน์ และแก้ไขปัญหาด้วยเหตุผล ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสาวนีย์ ฤดี (2562) ได้วิจัยเรื่องสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธศึกษาผู้ป่วยคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลราชวิถี พบว่า กลุ่มตัวอย่างรับรู้สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธโดยรวมด้านปัญญารู้คิดอยู่ในระดับมาก

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวะนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกในทิศทางเดียวกันอยู่ในระดับสูงมาก 0.957 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และเมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวกในทิศทางเดียวกันในระดับสูงมาก ได้แก่ ด้านจิตภาวะนา 0.957 รองลงมาคือ ด้านศีลภาวะนา 0.948 และด้านปัญญาภาวะนา 0.945 ส่วนด้านกายภาวะนา 0.846 มีความสัมพันธ์ทางบวกในทิศทางเดียวกันในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทรภรณ์ ดวงเรือง และนันทิชา หาสนธิ (2563) ได้วิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวะนา 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังลึก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี

3.1 ด้านกายภาวะนา คือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องร่วมมือกันในการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของคนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง เช่น โครงการสาธารณสุขเคลื่อนที่เพื่อตรวจสุขภาพประจำปี ฉีดวัคซีนป้องกันโควิด กิจกรรมยืดเหยียดกล้ามเนื้อและการออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการศึกษาเรียนรู้วิชาการต่างๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีร่างกายที่แข็งแรง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยภรณ์ เลาบุตร (2562) ได้วิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 7 ตำบลพลูตาหลวง อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี ผลการวิจัยพบว่า ควรมีนโยบายส่งเสริมระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทางด้านร่างกาย และจิตใจ โดยกระทรวงสาธารณสุข องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอย่างต่อเนื่องและจริงจัง

3.2 ด้านศีลภาวะนา คือ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุและคนในชุมชนได้ร่วมกันทำกิจกรรมทางศาสนา ตามประเพณี วัฒนธรรม และวันสำคัญต่าง ๆ ทำให้เกิดความรัก ความสามัคคีของคนในชุมชน สามารถประพฤติอยู่ในศีลธรรมอันดี และปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อนุกุล บุญรักษา (2562) ได้วิจัยเรื่องการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 ผลการวิจัยพบว่า การนำแนวทางการประยุกต์ใช้พัฒนาบุคลากรอยู่ในระดับดี มีประสิทธิภาพด้านศีลภาวะนาพบว่า บุคคลใดก็ตามถ้ามีการปฏิบัติตามการฝึกฝนด้านพฤติกรรมหรือการฝึกอบรมด้านกาย วาจา ซึ่งเป็นคุณประโยชน์แก่ทั้งตนเองและผู้อื่น และเป็นการไม่ทำร้ายเบียดเบียนคนอื่นให้บาดเจ็บ ไม่ลักทรัพย์ผู้อื่น ไม่ละเมิดทางเพศ ไม่คิดอยากได้ฝ่ายเดียว ต้องมีการให้หรือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่บุคคลอื่นและสังคมด้วย

3.3 ด้านจิตภาวะนา คือ เทศบาลควรกำหนดแผนงาน และนโยบายต่างๆ ในดูแลผู้สูงอายุอย่างครบถ้วน รวมไปถึงการจัดกิจกรรมต่างๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับ

คนทุกข์ ความเคารพรัก และความสามัคคี ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยภรณ์ เลาบุตร (2562) ได้วิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 7 ตำบลพลูตาหลวง อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี ผลการวิจัยพบว่า ควรส่งเสริมระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทางด้านการสัมพันธ์ทางสังคมโดยองค์การบริหารส่วนตำบลพลูตาหลวง ควรกำหนดนโยบายและงบประมาณในการส่งเสริมระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยบูรณาการร่วมกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อไม่ให้เกิดความซ้ำซ้อนระหว่างหน่วยงาน

3.4 ด้านปัญญาวาณา คือ จัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ เช่น การบริการตรวจสุขภาพ การจ่ายเบี้ยยังชีพ การจัดกิจกรรมนันทนาการ การจัดกิจกรรมทางศาสนา และสวัสดิการสังคมในด้านต่างๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชลธิชา จิรภักพงศ์ และคณะ (2563) ได้วิจัยเรื่องสุขภาวะพระสงฆ์ : การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะตามแนววิถีพุทธโดยการบูรณาการสาธารณสุขเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของจังหวัดลำปาง ผลการวิจัยพบว่า การเสริมสร้างสุขภาวะตามแนววิถีพุทธในการบูรณาการสาธารณสุขชุมชนเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี จำเป็นต้องคำนึงถึงปัญหาการเสริมสร้างสุขภาวะของพระสงฆ์ บทบาทของวัด ชุมชน และหน่วยงานภาครัฐในการจัดการสุขภาวะของพระสงฆ์ให้สอดคล้องกับหลักภาวา 4 และการดูแลสุขภาพตามระบบการสาธารณสุข ซึ่งจะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของพระสงฆ์

7. องค์ความรู้จากการวิจัย



ภาพที่ 1 แสดงองค์ความรู้จากการวิจัย

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

7.1.1. ด้านกายภาวนา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในการใช้เทคโนโลยีโซเชียลมีเดียเพื่อการศึกษาเรียนรู้หลักวิถีพุทธโดยเฉพาะภาวนา 4 ให้เป็นความรู้ที่เข้าใจง่ายต่อการนำไปปฏิบัติสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข

7.1.2. ด้านศีลภาวนา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่นับถือพระพุทธศาสนาได้มุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจให้เชื่อในกฎแห่งกรรม พัฒนาความประพฤติที่แสดงออก เพื่อให้เป็นผู้มั่นคงในศีลธรรม มีคุณธรรมและจริยธรรม และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันให้ถูกต้องดีงาม ซึ่งจะนำไปสู่ความสัมพันธ์ทางสังคมหรือการปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข

7.1.3. ด้านจิตภาวนา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรร่วมกันเสริมสร้างองค์ความรู้ในการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อปลูกฝังเข้าสู่จิตใจของผู้สูงอายุในหลากหลายรูปแบบ ซึ่งจะช่วยให้มีทักษะที่ถูกต้องในการปฏิบัติตนเองเป็นส่งผลให้มีสุขภาพดี มีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจ

7.1.4. ด้านปัญญาภาวนา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุได้คิด วิเคราะห์ และเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อย่างสร้างสรรค์ เช่น การประกอบอาชีพอย่างเหมาะสม การจัดการสิ่งแวดล้อม การศึกษาธรรมะ เป็นต้น เพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

7.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

หากมีการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักวิถีพุทธในครั้งต่อไป ผู้วิจัยขอเสนอแนะการดำเนินการวิจัยในลักษณะต่อไปนี้

7.2.1. ควรศึกษาคุณภาพชีวิตด้านอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เช่น การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมด้านการศึกษา การส่งเสริมอาชีพหลังวัยเกษียณที่เหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญต่อสังคมผู้สูงอายุ

7.2.2 ควรศึกษาการนำหลักวิถีพุทธด้านอื่นๆ เช่น พหุการธรรม 4 จักร 4 ไตรสิกขา เป็นต้น เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลและหน่วยงานอื่นๆ

7.2.3 ควรนำหลักวิถีพุทธในการวิจัยครั้งนี้คือ หลักภาวนา 4 มาประยุกต์ใช้กับพื้นที่หรือหน่วยงานอื่นๆ เช่น เยาวชน บุคคลวัยทำงาน ข้าราชการ เป็นต้น เพื่อจะได้นำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักภาวนา 4 ให้เป็นรูปธรรมมากขึ้นต่อไป

บรรณานุกรม

กุลวรา พิมพ์ใส. (2563). การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุตามหลักภาวนา 4 ของบุคลากรมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยส่วนกลาง. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชาชีวิตและความตาย, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. หน้า 86-90.

- ชลธิชา จิรภัคพงศ์ และคณะ. (2563). **สุขภาวะพระสงฆ์ : การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะตามแนววิถีพุทธโดยการบูรณาการสาธารณสุขเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของจังหวัดลำปาง**. รายงานการวิจัย. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่. หน้า 82-88.
- ปรางทิพย์ ภักดีศรีไพรวัลย์. (2562). **การศึกษาคุณภาพชีวิตของคนในชุมชนบ้านแสนตอ หมู่ 11 ตำบลท่าผา อำเภอกะเคา จังหวัดลำปาง**. สารนิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. หน้า 84-95.
- ปิยภรณ์ เลาบุตร. (2562). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 7 ตำบลพลูตาหลวง อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี**. งานนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการบริหารทั่วไป. วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ: มหาวิทยาลัยบูรพา. หน้า 80-82.
- ภัทรภรณ์ ด้วงเรือง และนันทินา หาสนทรี. (2563). **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี**. บทความวิจัย วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์. ปีที่ 6 ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน). หน้า 122-134.
- เสาวนีย์ ฤดี. (2562). **สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ: กรณีศึกษาผู้ป่วยคลินิกโรคเบาหวาน โรงพยาบาลราชวิถี**. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชาชีวิตและความตาย. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย. หน้า 134-152.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2564). **บทสรุปสำหรับผู้บริหาร การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564**. สืบค้น 25 มิถุนายน 2564. จาก http://www.nso.go.th/summary_exclusive_64.
- อนุกุล บุญรักษา. (2562). **การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภavana 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31**. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. หน้า 89-90.
- อรนิษฐ์ แสงทองสุข. (2562). **การศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย กรณีศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร ปทุมธานี และนนทบุรี**. รายงานการวิจัย. สาขาวิชาการบริหารและการจัดการสมัยใหม่ คณะบริหารธุรกิจ: มหาวิทยาลัยศรีปทุม. หน้า 78-84.