

**บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ***

The role of promoting the health of the elderly of monks
at PhoPrathapChang District in Phichit Province

พระอธิการวิรัตน์ ฐิติโก (คัมหนอแนว), สุภางค์พิมพ์ คล้ายธานี
และพระครูสุธีกิตติบัณฑิต

Phra Athikan Wirat Thitiko (Khum No Naeo), Suphangphim Klaythani,
and Phrakru Suthi Kittibundit

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พิจิตร
Mahachulalongkornrajavidyalaya University Phichit Buddhist College
Corresponding Author's E-mail: virute2521@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาระดับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ 2) ผลการเปรียบเทียบบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ 3) ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะที่มีต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี โดยวิจัยเชิงปริมาณ ใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ เก็บข้อมูลผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 202 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม มีความเชื่อมั่น 0.938 สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

ส่วนวิจัยเชิงคุณภาพแบบกึ่งโครงสร้าง โดยเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 9 รูป/คน โดยวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า 1) สภาพการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์โดยรวมอยู่ในระดับมาก 2) ผู้สูงอายุที่มีเพศ อายุ สถานะภาพ อาชีพ ระดับการศึกษา และประสบการณ์ทำงานแตกต่างกัน มีความคิดเห็นแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และ 3) ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะที่มีต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ด้านสุขภาพทางกาย ขาดการดูแลตัวเอง พระสงฆ์แนะนำให้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยของตนเองได้อย่างสม่ำเสมอ ด้านสุขภาพทางจิต คิดมากเรื่องความเป็นอยู่ พระสงฆ์แนะนำให้รู้ปัญหาความไม่สบายใจ บุคลากรภายในวัดช่วยเหลือท่าน ด้านสุขภาพทางสังคม มีภาวะอ้วนบ้าง ผอมเพราะขาดสารอาหาร พระสงฆ์แนะนำให้รู้คำปรึกษาเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพให้เหมาะสมตามวัยของท่าน ด้านสุขภาพทางปัญญา กลัวหกล้ม สะดุดสิ่งกรีดขวาง พระสงฆ์แนะนำให้ท่านไปออกกำลังกายใน สนามของโรงเรียนหรือบริเวณลานกว้างๆ ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ร่างกายเสื่อมสภาพลง การออกกำลังกายจะช่วยชะลอการเสื่อมของร่างกายได้ รักษาสภาพร่างกายให้สมบูรณ์ แข็งแรง ยืดอายุของชีวิต และช่วยพัฒนาร่างกาย ควรคิดในแง่บวกและคิดเฉพาะเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเองเท่านั้น

คำสำคัญ: บทบาทการส่งเสริม; สุขภาพ; ผู้สูงอายุ; พระสงฆ์



ABSTRACT

This research aimed to 1) study the level of the role of monks in promoting the health of the elderly, 2) the comparative results of the role of monks in promoting the health of the elderly, 3) the problems, obstacles, and suggestions on the role of promoting the health of the elderly in Pho Prathap Chang District, Phichit Province. The research methodology was mixed-methods, using quantitative research using survey research. Data were collected from 202 elderly samples. The research instrument was a questionnaire with a reliability of 0.938. The statistics used in the research were frequency, percentage, mean, and standard deviation, t-test, and one-way analysis of variance.

The semi-structured qualitative research was conducted by collecting data from 9 key informants. The data were analyzed and synthesized in terms of content. The research results showed that 1) the overall status of promoting the health of the elderly in monks was at a high level. 2) Personnel with different genders, ages, statuses, occupations, education levels, and work experiences had different opinions, but not statistically significant. 3) the problems, obstacles, and suggestions on the role of promoting the health of the elderly in Pho Prathap Chang District, Phichit Province. In terms of physical health, lack of self-care, monks recommended exercising appropriately for their age regularly. Mental health, thinking too much about life, monks advise to know about the problem of discomfort, temple personnel help you. Social health, some are obese, some are thin due to malnutrition, monks advise to know and consult about taking care of health appropriately according to your age. Intellectual health, fear of falling, tripping over obstacles, monks advise you to exercise in the school field or a wide area elderly people are at an age where their bodies deteriorate. Exercise can help slow down the deterioration of the body, maintain a healthy and strong body, extend lifespan, and help develop the body. You should think positively and think only about things that are beneficial to yourself.

Keywords: Role of promotion; Health; Elderly; Monks

บทนำ

สมัยพุทธกาลหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีลักษณะเป็นองค์รวมในความหมายต่าง ๆ ทุกหลักธรรมซึ่งอาจย้อนไปพิจารณาตั้งแต่จุดเริ่มต้นก็มีลักษณะเป็นแบบองค์รวมไม่เอียงไปทางมุ่งแสวงหาและเสพแต่ความสุขทางกายบำรุงบำเรอจนเกินพอดีที่เรียกว่า "กามสุขัลลิกานุโยค" หรือความจำเป็นทางกายโดยอาจมองเอียงสุดถึงว่าความสมบูรณ์ทางกายเป็นอุปสรรคต่อชีวิตทางจิตใจที่เรียกว่า "อตัตถกิลมณานุโยค" เจ้าชายสิทธัตถะทรงสละความสุขสุดโต่งทางกาย ทำให้เกิดโรคที่มาจากพฤติกรรมของปัจเจกบุคคล สิ่งสำคัญในการดูแลสุขภาพ ในยุคนี้คือการเพิ่มความสามารถของบุคคลให้มีศักยภาพเพื่อการดำรงคงอยู่ของสุขภาวะก่อนที่จะเข้าใจว่าวิธีการที่ไม่สมดุลดังกล่าวก็ไม่ใช่ว่า จึงหันมาดูแลสุขภาพทางกายเลิกทรมานตน แนวคำสอนสายกลาง มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ หลักการส่งเสริมสุขภาพ สังคมในยุคปัจจุบัน การดำเนินชีวิต มีความซับซ้อนมากขึ้นผนวกกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพได้เปลี่ยนแปลงไปตามสภาพเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรม การดำรงชีพของมนุษย์ต้องมียอดประกอบหลัก 4 ประการ ได้แก่ อาหาร ที่อยู่



อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค มนุษย์ทุกคนต้องการอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย มีที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัย แก่ชีวิตและทรัพย์สิน มีเครื่องนุ่งห่มที่ให้ความอบอุ่น และมียารักษาโรคเพื่อจะให้ตนดำรงชีพได้ต่อไป ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ทุกคนย่อมตั้งอยู่บนพื้นฐานของความไม่แน่นอนและความเสี่ยง (จงจิตร อังคทะวานิช, 2557)

โดยเฉพาะในปัจจุบัน มนุษย์ต้องประสบกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงของ สภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อม มีการค้นพบโรคซึ่งอุบัติขึ้นใหม่อยู่เสมอ เหตุการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้เมื่อเกิดขึ้นแล้ว สามารถสร้างความเสียหายต่อตนเองและบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องขณะเดียวกันความก้าวหน้า ของเทคโนโลยีทางการแพทย์ทำให้เกิดวิธีการรักษาที่ช่วยเหลือนมนุษย์ได้ครอบคลุม และเมื่อมนุษย์มี การเจ็บป่วยย่อมต้องการการรักษาที่ช่วยให้บรรเทาความเดือดร้อน เช่น ยารักษาโรคที่มีประสิทธิภาพ เครื่องมือทางการแพทย์ที่ทันสมัย วิธีการรักษาที่ลดความเจ็บปวด หรือแม้กระทั่งการรักษาที่ไม่ต้อง เปิดปากแผลกว้างดังเช่นในอดีต ทั้งนี้ในการรักษาจะต้องมีค่าใช้จ่ายตามอาการเจ็บป่วย (อารยา แสงเทียน, 2557) เจ้าหน้าที่ของรัฐอย่างทั่วถึง หลักการส่งเสริมสุขภาพได้นำไปใช้ในการเรียนการสอน และการประยุกต์ใช้ ในการทำงานส่งเสริมสุขภาพ โดยตำราเล่มนี้เขียนขึ้นเพื่อใช้ประกอบการเรียนการสอนกระบวนวิชาการส่งเสริมสุขภาพ เนื้อหาวิชาประกอบด้วยประเด็นที่สำคัญ ๆ และนับเป็นกฎหมายด้านผู้สูงอายุ ฉบับแรกของประเทศไทย ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสสืบทอดการด้านต่าง ๆ เป็นระบบมากขึ้น อาทิ บริการทางด้านการแพทย์และการสาธารณสุข ที่จัดไว้โดยให้ความสะดวกและรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุ เป็นกรณีพิเศษ ตลอดจนข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ลดการพึ่งบริการของรัฐที่กรมประชาสงเคราะห์ได้ริเริ่มแนวคิดการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุในชุมชนโดย การส่งเสริมสุขภาพประยุกต์ เพื่อให้ผู้อ่านสามารถทำความเข้าใจและสรุปภาพรวมได้ ตำราเล่มนี้ได้เรียบเรียงให้สามารถใช้ในการศึกษาค้นคว้าได้ด้วยตนเอง (อนุชาติ พวงสำลี, 2559) โดยได้รับการช่วยเหลือดูแลจาก ความสำคัญกับงานส่งเสริมสุขภาพในมิติระดับสังคมที่มีแนวคิดของการส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบ สอดคล้องกับโครงสร้างทางสังคมและแบบแผนการดำเนินชีวิตของบุคคลแต่ละช่วงวัย นับตั้งแต่ก่อนเกิดจนถึงตาย ซึ่งขอบข่ายและแนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ มีมิติของความ สลับซับซ้อน กว้างขวาง ลึกซึ้ง และมีพลวัตแตกต่างไปจากเดิม ส่วนกรมประชาสงเคราะห์จะเป็นผู้คอยสนับสนุนการ ดำเนินงานของชุมชนให้สามารถดำเนินงานได้ด้วยตนเองต่อไป ทั้งนี้เพราะเหตุว่าครอบครัวและชุมชน (วิทย์ วิศทเวทย์, 2559)

จากการศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎก พบว่ามีการนำเอายาสมุนไพรมาใช้ในการส่งเสริมสุขภาพเป็นที่รับรู้กันในปัจจุบันว่าเป็นภารกิจที่ต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายองค์กรในการปรับปรุงสุขภาพ ไม่สามารถทำได้โดยหน่วยงานด้านสุขภาพเพียงลำพัง เกิดทรุดโทรมลง เป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิต ที่ทำให้มนุษย์พยายามดูแลรักษาสุขภาพทางกายและใจให้แข็งแรงจะทำให้ร่างกายและจิตใจมีความสมบูรณ์ ก็เพื่อสร้างความผาสุกให้เกิดขึ้นแก่ร่างกายและจิตใจกระบวนการเพิ่มความสามารถของบุคคลให้สามารถดูแลสุขภาพตนเองให้เต็มศักยภาพ ซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนมีสุขภาวะ ทั้งทางกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณที่สมบูรณ์แข็งแรงนั้นเป็นการรับผิดชอบร่วมกันของสังคม (สุวัฒน์ รักขันโท, 2559) พระบรมศาสดาทรงมีความสามารถในการดูแลรักษาโรค คือ การส่งเสริมสุขภาพเป็นที่รับรู้กันในปัจจุบันว่าเป็นภารกิจที่ต้องอาศัย องค์กรหลายองค์กรร่วมมือกัน การปรับปรุงสุขภาพไม่สามารถจะทำได้โดย หน่วยงานด้านสุขภาพเพียงหน่วยงานเดียว แต่จะต้องมีการประสานการดำเนินการในด้านต่าง ๆ ร่วมกัน เพราะกระบวนการเพิ่มความสามารถของบุคคลให้สามารถดูแลสุขภาพตนเองให้ เต็มศักยภาพ ซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนมีสุขภาวะทั้งทางกาย และจิต แม้พระพุทธองค์ทรงเห็นธรรมโอสธเพื่อรักษาใจให้หายจากทุกข์ทางใจ แต่ในแง่ของทุกข์กาย การส่งเสริม สุขภาพแบบดั้งเดิมเปลี่ยนเป็นมุมมองในองค์รวมของการส่งเสริมสุขภาพในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชนและในระดับประชากร โดยให้ความสำคัญต่อความหมายของชีวิต ความสุข บนข้อสันนิษฐาน เบื้องต้นว่า บุคคลทุกคนมี



ข้อดี ใช้กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและสถานะทางสุขภาพ ปัญหาของสภาพการณ์ทางสังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ที่มีการเปลี่ยนแปลงในด้านของข้าวปลาอาหาร ดังจะเห็นได้จากการนำสมุนไพรมาประกอบในอาหารคาว หวาน เป็นยารักษาโรค ใช้ในการบำบัดดูแลและฟื้นฟูสุขภาพ หรือแม้กระทั่งใช้เพื่อการเสริมความงาม ภูมิปัญญาไทยเหล่านี้ได้รับการสั่งสม สืบทอด และพัฒนามาอย่างยาวนาน (วาสิณี วิเศษฤทธิ์, 2557)

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาดังที่กล่าวมา ผู้วิจัยสนใจใคร่ศึกษาบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ เพื่อการเสริมความงาม ภูมิปัญญาไทยเหล่านี้ได้รับการสั่งสม สืบทอด และพัฒนามาอย่างยาวนานเนื่องรวมทั้งเรื่องของเทคโนโลยีที่มีการเปลี่ยนแปลงการให้ความช่วยเหลือในการทำ ความเข้าใจในตนเอง และैयाวยาศีวิตภายใต้การต่อสู้กับพฤติกรรมและการเจ็บป่วย การมองสุขภาพในแนว สุขภาพแบบองค์รวม เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ ทั้งชีวิต ในการส่งเสริมสุขภาพ คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตมี ตัวชี้วัด 4 ประการ คือ 1) สุขภาวะทางกาย 2) สุขภาวะทางจิต 3) สุขภาวะทางสังคม 4) สุขภาวะทางปัญญา หรือด้วยเหตุต่าง ๆ เพื่อต่อสู้กับภาวะดังกล่าว

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร
3. เพื่อศึกษาปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะที่มีต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร” เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Method Research) ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบโดยการทดสอบสมมติฐานโดยการทดสอบค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) เมื่อพบว่ามีความแตกต่างกันจึงทำการเปรียบเทียบรายคู่โดยมีผลต่างนัยสำคัญน้อยที่สุด (Least Significant Difference : LSD) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant)

การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

โดยประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร จำนวน 408 คน และทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง (Sample) ผู้วิจัยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง (Sample Size) และวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง (Sampling) โดยใช้สูตรของ Taro Yamane (ธานินทร์ ศิลป์จารุ, 2551) ซึ่งใช้ระดับความคลาดเคลื่อนที่ 0.05% ดังนี้



ตารางที่ 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ลำดับที่	ผู้สูงอายุในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
๑	หมู่ที่ ๑ ตำบลโพธิ์ประทับช้าง	๑๖๗	๕๘
๒	หมู่ที่ ๖ ตำบลโพธิ์ประทับช้าง	๑๒๓	๕๕
๓	หมู่ที่ ๑๐ ตำบลโพธิ์ประทับช้าง	๕๒	๔๑
๔	หมู่ที่ ๑๒ ตำบลโพธิ์ประทับช้าง	๖๖	๔๘
รวม		๔๐๘	๒๐๒

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1) ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจากเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบความคิดในการสร้างแบบสอบถาม

2) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและเอกสารการวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยพิจารณาถึงรายละเอียดต่างๆ เพื่อให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่กำหนดไว้

3) ขอคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

4) สร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

5) นำเสนอร่างแบบสอบถามต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข

6) นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับประชากรที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) แล้วนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา

7) จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับจริง และนำไปแจกกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

8) รวบรวมแบบสอบถาม แล้วนำมาวิเคราะห์

ลักษณะของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) เพื่อใช้เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย โดยแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ และประสบการณ์ทำงาน ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยใช้แบบสอบถามชนิดเลือกตอบจำแนกเป็น 4 ด้าน คือ

- 1) สุขภาวะทางกาย
- 2) สุขภาวะทางจิต
- 3) สุขภาวะทางสังคม
- 4) สุขภาวะทางปัญญา

โดยที่ผู้ตอบแบบสอบถามจะต้องแสดงความคิดเห็นต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ซึ่งมีลักษณะเป็น มาตราส่วนประเมินค่า (numerical Rating Scale) มี 5 ระดับ ตั้งแต่มากที่สุด-น้อยที่สุด (บุญชม ศรีสะอาด, 2556)



ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่นๆ ในบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open ended Questionnaire)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ค่าความถี่ (frequency) ค่าร้อยละ (percentage)

2) วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)

3) ทดสอบสมมติฐาน การเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยจำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล โดยใช้สถิติตามลักษณะของตัวแปร คือ การทดสอบที (t-test) ในกรณีตัวแปรต้นสองตัว การทดสอบเอฟ โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (F-test/One way ANOVA) ในกรณีตัวแปรต้นตั้งแต่สามตัวขึ้นไป และเมื่อพบว่ามีความแตกต่างจึงทำการเปรียบเทียบรายคู่โดยมีผลต่างนัยสำคัญน้อยที่สุด (Least Significant Difference: LSD) และใช้การหาค่า Rank Correlation

4) วิเคราะห์และสรุปผลแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพิจิตรเขต 2 และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

การวิจัยเชิงคุณภาพผู้วิจัยได้ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญเป็นการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร จำนวน 9 รูป/คน ได้แก่

กลุ่มที่ 1 กลุ่มผู้ออกนโยบาย ได้แก่ พระสังฆาธิการระดับจังหวัด จำนวน 1 รูป

กลุ่มที่ 2 กลุ่มปฏิบัติการ ได้แก่ พระสังฆาธิการระดับอำเภอ จำนวน 2 รูป

กลุ่มที่ 3 กลุ่มผู้นำชุมชน ได้แก่ นายกเทศมนตรีตำบล จำนวน 3 คน

กลุ่มที่ 4 กลุ่มนักวิชาการ ได้แก่ ผู้อำนวยการสาธารณสุขอำเภอ จำนวน 3 คน

ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามปลายเปิด (Open ended Question) วิเคราะห์โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis Technique) ประกอบบริบท นำเสนอเป็นความเรียงประกอบตาราง โดยการแจกแจงความถี่ของผู้ตอบคำถามปลายเปิด (บุญชม ศรีสะอาด, 2556)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า บทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยการหาค่าเฉลี่ย $\bar{X}$ และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) พิจารณาเป็นภาพรวมและรายด้านได้ดังนี้



ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลของระดับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ของพระสงฆ์ ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร

บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์		ความคิดเห็น		
ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	ด้านสุขภาพะทางกาย	4.44	.50	มาก
2	ด้านสุขภาพะทางจิต	4.42	.46	มาก
3	ด้านสุขภาพะทางสังคม	4.43	.45	มาก
4	ด้านสุขภาพะทางปัญญา	4.38	.41	มาก
รวม		4.42	.42	มาก

โดยภาพรวม พบว่า สภาพบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ($\bar{X} = 4.42$, S.D.= 0.42) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมากทุกด้าน โดย ด้านสุขภาพะทางกาย อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.44$, S.D.= 0.50) และด้านสุขภาพะทางปัญญา ที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ($\bar{X} = 4.38$, S.D.=0.41) ตามลำดับ

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลของระดับสภาพบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ด้านสุขภาพะทางกาย

ด้านสุขภาพะทางกาย		ความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑	พระสงฆ์แนะนำให้หลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลหรือไขมันสูงได้	๔.๔๑	๐.๕๕	มาก
	พระสงฆ์แนะนำให้รู้อาการท้องผูก ท่านจะรับประทานยา			
๒	ระบายน้ที่เพื่อป้องกันอันตรายจากการแบ่ง	๔.๔๗	๐.๕๖	มาก
	พระสงฆ์แนะนำให้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะช่วยลดความ			
๓	เสี่ยงของการเกิดโรคหัวใจของท่านได้	๔.๔๔	๐.๕๖	มาก
	พระสงฆ์แนะนำให้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยของตนเองได้			
๔	อย่างสม่ำเสมอ	๔.๓๘	๐.๖๑	มาก
	พระสงฆ์แนะนำให้ปฏิบัติตัวอย่างถูกต้องเพื่อลดความ			
๕	เจ็บป่วยหรืออาการของโรคประจำตัวถ้าท่านเป็น	๔.๕๔	๐.๕๖	มาก
รวม		๔.๔๔	๐.๕๐	มาก

ด้านสุขภาพะทางกาย พบว่า สภาพบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ($\bar{X} = 4.44$, S.D.= .50) เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้าน พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก โดย พระสงฆ์แนะนำให้ปฏิบัติตัวอย่างถูกต้องเพื่อลดความ เจ็บป่วยหรืออาการของโรคประจำตัวถ้าท่านเป็น มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ($\bar{X} = 4.54$, S.D.= .56) และพระสงฆ์แนะนำให้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยของตนเองได้อย่างสม่ำเสมอ ที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ($\bar{X} = 4.38$, S.D.= .61)



ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลของระดับสภาพพบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ด้านสุขภาวะทางจิต

ด้านสุขภาวะทางจิต	ความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑ พระสงฆ์แนะนำให้รู้โกรธหรือไม่พอใจ ท่านสามารถควบคุมอารมณ์โกรธไว้ได้	๔.๔๓	๐.๕๖	มาก
๒ พระสงฆ์แนะนำให้รู้เรื่องไม่สบายใจ ท่านสามารถผ่อนคลายความตึงเครียดนั้นได้ด้วยตนเอง	๔.๓๘	๐.๔๘	มาก
๓ พระสงฆ์แนะนำให้แก้ไขความรู้สึกหุดหู่ ซึมเศร้าหรือ เบื่อหน่ายของตนเองได้	๔.๕๓	๐.๕๐	มาก
๔ พระสงฆ์แนะนำให้รู้สังเกตอาการของความผิดปกติในตัวเองได้ถูก	๔.๔๗	๐.๕๖	มาก
๕ พระสงฆ์แนะนำให้รู้ปัญหาความไม่สบายใจ บุคลากรภายในวัดช่วยเหลือท่าน	๔.๓๔	๐.๕๔	มาก
รวม	๔.๔๒	๐.๔๖	มาก

ด้านสุขภาวะทางจิต พบว่า พบว่า สภาพพบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ด้านสุขภาวะทางจิตโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ($\bar{X} = 4.42$, S.D.= .46) เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้าน พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก โดย พระสงฆ์แนะนำให้แก้ไขความรู้สึกหุดหู่ ซึมเศร้าหรือ เบื่อหน่ายของตนเองได้ มีค่าเฉลี่ยมาก คือ ($\bar{X} = 4.53$, S.D.= .50) และ พระสงฆ์แนะนำให้รู้ปัญหาความไม่สบายใจ บุคลากรภายในวัดช่วยเหลือท่าน ที่มีค่าเฉลี่ยมาก คือ ($\bar{X} = 4.34$, S.D.= .54)

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลของระดับสภาพพบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ด้านสุขภาวะทางสังคม

ด้านสุขภาวะทางสังคม	ความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑ พระสงฆ์แนะนำให้รู้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการ ออกกำลังกายที่เหมาะสมให้แก่ท่าน	๔.๔๑	๐.๔๙	มาก
๒ พระสงฆ์แนะนำให้รู้คำปรึกษาเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพให้เหมาะสมตามวัยของท่าน	๔.๓๐	๐.๕๓	มาก
๓ พระสงฆ์แนะนำให้จัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ท่านได้ร่วมกิจกรรม เช่น การแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ การละเล่นหรือการร้องเพลงพื้นบ้าน	๔.๔๒	๐.๕๕	มาก
๔ พระสงฆ์แนะนำให้จัดกิจกรรม/โครงการ ให้ท่านได้มีโอกาส	๔.๕๑	๐.๕๐	มาก
๕ พระสงฆ์แนะนำให้ความรู้ที่เป็น ประโยชน์ต่อการดูแลสุขภาพของท่าน	๔.๕๓	๐.๕๐	มาก
รวม	๔.๔๓	๐.๔๕	มาก



ด้านสุขภาวะทางสังคม พบว่าพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้างมีความคิดเห็นต่อการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ($\bar{X} = 4.43$, S.D.= .45) เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้าน พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก โดย พระสงฆ์แนะนำให้ ความรู้ที่เป็น ประโยชน์ต่อการดูแลสุขภาพของท่าน มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ($\bar{X} = 4.53$, S.D.= .50) และ พระสงฆ์แนะนำให้รู้คำปรึกษาเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพให้เหมาะสมตามวัยของท่าน ที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ($\bar{X} = 4.30$, S.D.= 0.58)

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลของระดับสภาพพบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของ พระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ด้านสุขภาวะทางปัญญา

ด้านสุขภาวะทางปัญญา	ความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑ พระสงฆ์แนะนำให้คอยกระตุ้นให้ท่านเห็น ความสำคัญของการ ออกกำลังกาย	๔.๔๐	๐.๔๙	มาก
๒ พระสงฆ์แนะนำให้ท่านไปออกกำลังกายใน สนามของโรงเรียน หรือบริเวณลานกว้างๆ	๔.๒๔	๐.๕๖	มาก
๓ พระสงฆ์แนะนำให้รู้เกี่ยวกับอาหารที่ เหมาะสมกับวัยและโรค ของท่าน	๔.๓๐	๐.๕๒	มาก
๔ พระสงฆ์แนะนำให้กำลังใจ เมื่อท่านเกิด ความท้อแท้ในปัญหา ส่วนตัวปัญหาการเจ็บป่วย	๔.๔๗	๐.๕๐	มาก
๕ พระสงฆ์แนะนำให้รู้เกี่ยวกับการดูแล สุขภาพจากสื่อต่างๆเช่น นิตยสาร หนังสือพิมพ์ หรือโทรทัศน์มาบอกท่าน	๔.๕๑	๐.๕๐	มาก
รวม	๔.๓๘	๐.๔๑	มาก

ด้านสุขภาวะทางปัญญา พบว่า พบว่า สภาพพบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ใน อำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ด้านการพัฒนาและส่งเสริมให้มีแหล่งเรียนรู้โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ($\bar{X} = 4.38$, S.D.= .41) เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้าน พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับ มาก โดย พระสงฆ์แนะนำให้รู้เกี่ยวกับการดูแล สุขภาพจากสื่อต่าง ๆ เช่น นิตยสาร หนังสือพิมพ์ หรือ โทรทัศน์มาบอกท่าน มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ($\bar{X} = 4.51$, S.D.= .50) และพระสงฆ์แนะนำให้ท่านไปออกกำลังกายใน สนามของโรงเรียนหรือบริเวณลานกว้างๆ ที่มีค่าเฉลี่ย คือ ($\bar{X} = 4.24$, S.D.= .65)

ผลเปรียบเทียบ พบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรสรุปได้ดังนี้

ผลเปรียบเทียบระดับความคิดเห็นพบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรการทดสอบสมมติฐานโดยการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างตัวแปร ได้แก่การจำแนก ตามเพศ อายุ สถานะภาพ อาชีพ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ทำงาน เพื่อนำไปสู่การตอบสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสามารถแสดงรายละเอียดดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 บุคลากรที่มีพบาที่เกี่ยวข้อกับอายุต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อการพบพบาการ ส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรมีความคิดเห็นแตกต่างกัน พบว่า บุคลากรที่มีการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อการพบพบาการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของ พระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรโดยภาพรวม ($t = 0.39$, Sig. = 0.71) ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธ สมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกด้าน



สมมติฐานข้อที่ 2 ผู้สูงอายุที่มีอายุต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรแตกต่างกัน พบว่าผู้สูงอายุที่มีอายุต่างกัน มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ($F = 1.00$, $Sig = .370$) ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกด้าน

สมมติฐานข้อที่ 3 ผู้สูงอายุที่มีสถานะภาพต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรแตกต่างกัน พบว่าผู้สูงอายุที่มีสถานะภาพต่างกัน มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ($F = 0.81$, $Sig = 0.06$) ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกด้าน

สมมติฐานข้อที่ 4 ผู้สูงอายุที่มีอาชีพต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรแตกต่างกัน พบว่าผู้สูงอายุที่มีอาชีพต่างกัน มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ($F = 1.22$, $Sig = 0.30$) ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกด้าน

สมมติฐานข้อที่ 5 ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรแตกต่างกัน พบว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ($F = 0.51$, $Sig = 0.52$) ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกด้าน

สมมติฐานข้อที่ 6 ผู้สูงอายุที่มีประสบการณ์ทำงานต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรแตกต่างกัน พบว่าผู้สูงอายุที่มีประสบการณ์ทำงานต่างกัน มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ($F = 3.67$, $Sig = 0.05$) ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกด้าน

ผลการทดสอบสมมติฐานปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ เพศ อายุ สถานะภาพ อาชีพ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ทำงาน มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร โดยภาพรวม ไม่แตกต่างกัน อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และ 0.01 จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 7 ผลสรุปโดยรวมการเปรียบเทียบระดับความคิดเห็นโดยจำแนกตามสถานะภาพส่วนบุคคล ตามสมมติฐานที่ 1-6

สมมติฐาน	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า t	ค่า F	ค่า Sig.	ผลการศึกษา	
						ยอมรับ	ปฏิเสธ
สมมติฐานที่ 1	เพศ	บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร	๐.๓๙	-	๐.๗๑	-	✓



สมมติฐาน	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า t	ค่า F	ค่า Sig.	ผลการศึกษา	
						ยอมรับ	ปฏิเสธ
สมมติฐานที่ 2	อายุ	บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร	-	๑.๐๐	๐.๓๗	-	✓
สมมติฐานที่ 3	สถานะภาพ	บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร	-	๐.๘๑	๐.๐๖	-	✓
สมมติฐานที่ 4	อาชีพ	บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร	-	๑.๒๒	๐.๓๐	-	✓
สมมติฐานที่ 5	ระดับการศึกษา	บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร	-	๐.๕๑	๐.๕๒	-	✓
สมมติฐานที่ 6	ประสบการณ์การทำงาน	บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร	-	๓.๖๗	๐.๐๕	-	✓

3. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร

ผลการวิจัย ได้สรุปข้อเสนอแนะซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อบทบาทการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ซึ่งจำแนกเป็นรายด้านดังนี้

1. ด้านสุขภาพทางกาย เนื่องด้วยผู้สูงอายุเป็นวัยที่ร่างกายเสื่อมสภาพลง การออกกำลังกายจะช่วยชะลอการเสื่อมของร่างกายได้ รักษาสุขภาพร่างกายให้สมบูรณ์ แข็งแรง ยืดอายุของชีวิต และช่วยพัฒนาร่างกายข้อเสนอแนะ พระสงฆ์จึงแนะนำให้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยของตนเองได้อย่างสม่ำเสมอ

2. ด้านสุขภาพทางจิต ให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักรู้ในการคิดในแง่บวกและคิดเฉพาะเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเองเท่านั้น แต่หากความกังวลเกิดขึ้นแล้ว ควรไตร่ตรองทุกครั้งว่าสิ่งที่กำลังคิดกังวลอยู่เกิดประโยชน์หรือเกิดโทษกับตัวเอง เมื่อจัดการความคิดความกังวลได้ก็จะเป็นโทษของความวิตกกังวล พระสงฆ์จึงแนะนำให้รู้ปัญหาความไม่สบายใจ โดยมีบุคลากรภายในวัดคอยให้การช่วยเหลือ

3. ด้านสุขภาพทางสังคม ให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักรู้ในความสามารถในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสังคม รวมถึงการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมและการยอมรับในสังคม ผู้สูงอายุควรได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนให้มีสุขภาพทางสังคมที่ดี เพื่อให้พวกเขาสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขและมีคุณค่าในสังคม พระสงฆ์จึงได้จัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะผ่านวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เป็นต้น



4. ด้านสุขภาวะทางปัญญา ให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักรู้ในสภาพความสามารถทางสมองและจิตใจของผู้สูงอายุที่ยังคงทำงานได้ดี มีความสามารถในการเรียนรู้ จดจำ แก้ปัญหา และปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งมีความสำคัญต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรมีประเด็นที่สามารถนำมาอภิปราย ตามความมุ่งหมายของการวิจัย ได้ดังนี้

สภาพบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร ได้แก่ ด้านสุขภาวะทางกาย ด้านสุขภาวะทางจิต ด้านสุขภาวะทางสังคม และด้านการพัฒนาและส่งเสริมให้มีแหล่งเรียนรู้ในภาพรวมมีปัญหาในระดับมาก ($\bar{X}=4.42$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า

1. ด้านสุขภาวะทางกาย จากการศึกษาพบว่า บทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.44$) ด้านสุขภาวะทางกาย พระสงฆ์แนะนำให้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยของตนเองได้อย่างสม่ำเสมอ ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ร่างกายเสื่อมสภาพลง การออกกำลังกายจะช่วยชะลอการเสื่อมของร่างกายได้ รักษาสภาพร่างกายให้สมบูรณ์ แข็งแรง ยืดอายุของชีวิต และช่วยพัฒนาร่างกาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นางวัชรินทร์ ชูแก้วรุ่ง (2561) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษากระบวนการจัดการสุขภาพชุมชนและศึกษาแนวทางการพัฒนากระบวนการจัดการสุขภาพชุมชนของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบ่อทราย อำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง” จากการศึกษพบว่า ผลการวิเคราะห์แนวทางการแก้ไข กระบวนการจัดการสุขภาพชุมชนของ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบ่อทราย อำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง มีขั้นตอนการดำเนินงาน คือ 1) การสำรวจข้อมูล สำรวจข้อมูลด้านสุขภาพ ปัญหา และความต้องการของคนในชุมชน การสร้างทีมแกนนำซึ่งเป็นทุนทางสังคมที่สำคัญของชุมชน การเปิดโอกาสการเข้าร่วมแบบจิตอาสา การสร้างข้อตกลงร่วมในการกำหนดบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบอย่างชัดเจน การออกแบบกิจกรรมการจัดการสุขภาพ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูเกษม อินทเขต (วงศ์มา) (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ชุมชนกับมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพตามวิถีพุทธแก่ผู้สูงอายุ บ้านล่อง หมู่ 2 ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง” จากการศึกษพบว่า แนวคิดเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ การมีส่วนร่วมเป็นการร่วมกันของครอบครัว ชุมชน หรือสังคม เพื่อดำเนินการในกิจกรรมที่ควรทำร่วมกันด้วยความสมัครใจ เป็นพลังสำคัญในการร่วมกันจัดกิจกรรมสาธารณะหรือภารกิจที่เอื้อประโยชน์แก่สมาชิกในชุมชนนั้นๆ การส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ จึงเป็นภารกิจหนึ่งที่ทุกคนในชุมชนควรร่วมกันจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้แก่ ผู้สูงอายุ หลักการส่งเสริมการมีส่วนร่วมที่สำคัญ คือ หลักการสร้างความสัมพันธ์ หลักการสร้างพลังชุมชนและหลักการประสานประโยชน์ ข้อปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับวิถีพุทธ

2. ด้านสุขภาวะทางจิต จากการศึกษาพบว่า บทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.42$) ด้านสุขภาวะทางจิต พระสงฆ์แนะนำให้รู้ปัญหาความไม่สบายใจ บุคลากรภายในวัดช่วยเหลือท่าน ควรคิดในแง่บวกและคิดเฉพาะเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเองเท่านั้น แต่หากความกังวลเกิดขึ้นแล้ว ควรไตร่ตรองทุกครั้งว่าสิ่งที่กำลังคิดกังวลอยู่เกิดประโยชน์หรือเกิดโทษกับตัวเอง เมื่อจัดการความคิดความกังวลได้ก็จะเป็นโทษของความคิดช่วยลดความกังวล ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูประภัสร์วัชรพงษ์ (วงศ์ศรี) (2563) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อการดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน กรณีศึกษาชุมชนบ้านแพะตอนสัก ตำบลห้างฉัตร อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง” จากการศึกษพบว่า สภาพทั่วไป โรคเบาหวาน คือโรคเรื้อรังที่เกิดจากความผิดปกติในการทำ



หน้าที่ของอินซูลิน หรือจากความบกพร่องของตับอ่อน มีผลทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นจนเกินที่ไตจะสามารถกักเก็บได้ มีการกรองน้ำตาลกลูโคสออกทางปัสสาวะจึงเรียกโรคนี้ว่าเบาหวาน และปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดโรคนี้ ก็คือ พันธุกรรม โรคอ้วน ความเครียด ติดเชื้อไวรัส โรคตับหรือตับอ่อนได้รับความกระทบกระเทือน ขาดการออกกำลังกาย ส่วนอาการของโรคเบาหวาน ส่วนมากจะมีอาการปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะมาก คอแห้ง กระหายน้ำมาก น้ำหนักลด อ่อนเพลีย ผิวน้ำหนักอ้วน แผลหายช้า คันตามผิวหนัง และตาพร่ามัว หลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดโรค ใช้หลักไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปรับจิตใจให้มีชีวิตอยู่กับโรคอย่างปกติสุข และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระพิบูลสิน ญาณวฑฒโน (เฉลิมรัตน์) (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการดูแลสุขภาพของอายุในเขตพื้นที่ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม” จากการศึกษาพบว่า ปัญหาด้านร่างกายที่มีผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุที่พบมากที่สุด คือ ที่เป็นไปตามความเสื่อมของร่างกายตนเอง และโรคประจำตัว ปัญหาด้านจิตใจและอารมณ์ บางคนกลัวการถูกทอดทิ้ง กลัวการอยู่คนเดียว บางคนเป็นโรคซึมเศร้า ทำให้กับสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้ ปัญหาด้านครอบครัวและสังคม ผู้ที่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป บางคนเจ็บป่วยไปร่วมกิจกรรมของสังคมไม่ได้ ด้านครอบครัวเกิดความขัดแย้งที่ไม่เข้าใจกันระหว่างลูกหลานกับผู้สูงอายุ การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมสำหรับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

3. ด้านสุขภาวะทางสังคม จากการศึกษาพบว่า บทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร อยู่ในระดับมาก($\bar{X} = 4.43$) ด้านสุขภาวะทางสังคม ให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้ในความสามารถในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสังคม รวมถึงการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมและการยอมรับในสังคม ผู้สูงอายุควรได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนให้มีสุขภาวะทางสังคมที่ดี เพื่อให้พวกเขาสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขและมีคุณค่าในสังคม พระสงฆ์จึงได้จัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะผ่านวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระพิบูลสิน ญาณวฑฒโน (เฉลิมรัตน์) (2561) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการดูแลสุขภาพของอายุในเขตพื้นที่ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม” จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุหมายถึงผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ในการลงมือปฏิบัติ ได้แก่ หลักไตรลักษณ์ เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ คือ ให้ยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นทั้งด้านบวกและด้านลบ ยอมรับกับทุกสิ่งที่เกิดขึ้น โดยยึดถือปฏิบัติตามหลักพุทธธรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีอายุยืน สุขภาพกาย สุขภาพจิตดี หลักความไม่ประมาท ทำให้ไม่ประมาทในทรัพย์สินใช้ทรัพย์สินให้เกิดประโยชน์ ทำให้ไม่ดูหมิ่นผู้อื่น และหลักบุญกิริยาวัตถุ เป็นหลักธรรมคำสอนที่ประยุกต์ให้เหมาะสม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระธนวันต์ กิตติวัฒน (หวังนอก) (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “วิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุองค์การบริหารส่วนตำบลเวียง อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่” จากการศึกษาพบว่า วัดอุประสงค์เพื่อส่งเสริมกิจกรรมการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุเป็นศูนย์ส่งเสริมอาชีพและการถ่ายทอดภูมิปัญญาของผู้สูงอายุในชุมชน ตลอดจนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาด้านสุขภาพกายจิตใจและสังคม ได้ผ่อนคลายความตึงเครียด กิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะเป็นเรื่องให้ผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ทักษะชีวิตที่จำเป็นโดยวิทยากรจิตอาสาหรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่ให้ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพโดยการถ่ายทอดภูมิความรู้ประสบการณ์ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่นเพื่อสืบสานภูมิปัญญา

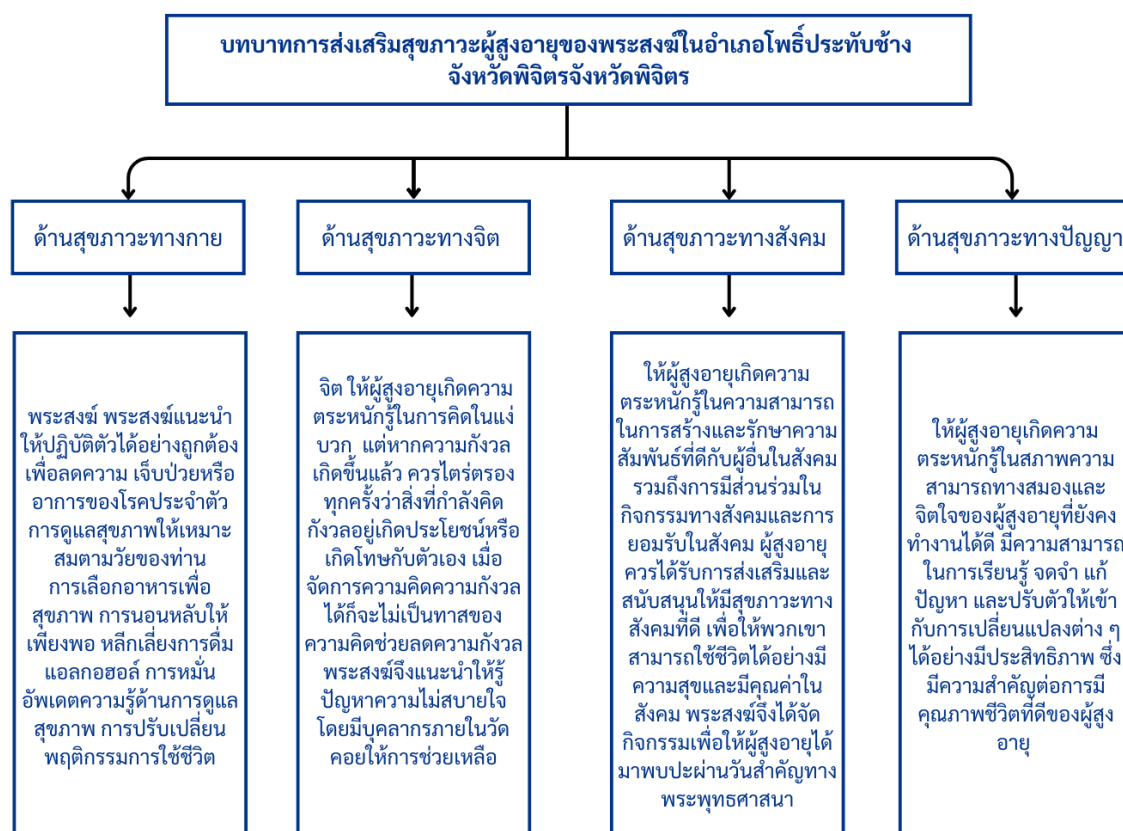
4. ด้านการพัฒนาและส่งเสริมให้มีแหล่งเรียนรู้ บทบาทการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตร อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.38$) ด้านสุขภาวะทางปัญญา พระสงฆ์แนะนำให้ท่านไปออกกำลังกายใน สนามของโรงเรียนหรือบริเวณลานกว้างๆ ขาดความเข้าใจในเรื่องการดูแลสุขภาพร่างกาย ได้รับคำแนะนำทั้งจากแพทย์ อาสาสมัครผู้นำชุมชน หรือเจ้าหน้าที่เกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูใบฎีกาณิพนธ์ ญาณวีโร (นิตยพันธ์) (2561) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาระดับสุขภาวะทางจิต



ของพระสังฆาธิการในเขตการปกครองคณะสงฆ์ภาค 1” จากการศึกษาพบว่า ในด้านความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยจิตสังคมและสุขภาวะทางจิตพบว่าปัจจัยด้านการปกครองตามหลักพรหมวิหาร 4 มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยด้านแนวโน้มความรู้สึกระดับปานกลาง และสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยด้านบทบาทพระสังฆาธิการในระดับสูง นอกจากนี้ยังสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยด้านสุขภาวะทางจิตในระดับปานกลาง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูเกษมอินทเขต (วงศ์มา) (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ชุมชนกับมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพตามวิถีพุทธแก่ผู้สูงอายุบ้านล้อง หมู่ 2 ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง” จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้เตือนญาติผู้สูงอายุเสมอๆ ให้ระวังในเรื่องการรับประทานอาหาร และยารักษาโรค โดยต้องตรวจสอบให้เห็นชัดก่อนว่า เป็นสิ่งที่ควรรับประทานได้ ไม่มีโทษ และเสนอแนะว่า สมาชิกในครอบครัวควรถือเป็นหน้าที่ในการคอยเตือนญาติ ชุมชนกับการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพตามวิถีพุทธ

องค์ความรู้การวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง “บทบาทการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรจังหวัดพิจิตร” ผู้วิจัยได้ศึกษาวิจัยหลักการที่เกี่ยวข้อง แนวคิดที่เกี่ยวข้อง ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น โดยทำการศึกษาวิจัยทั้งปริมาณมีการดำเนินการแจกแบบสอบถาม จำนวน 202 ชุด และได้ศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพมีการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้อง จำนวน 9 ท่านจึงได้สรุปเพิ่มเติมจากการสัมภาษณ์ เป็นองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยมีรายละเอียดต่อไปนี้



แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย



ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ในการศึกษาวิจัย เรื่อง บทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. จัดตั้ง “วัดสุขภาพผู้สูงอายุ” เป็นศูนย์กลางการดูแลแบบองค์รวม สนับสนุนให้วัดเป็นพื้นที่กลางในการส่งเสริมสุขภาพกาย (เช่น โยคะ/การเดินจงกรม) จิต (สมาธิ/สวดมนต์) สังคม (กิจกรรมกลุ่ม) และปัญญา (การเรียนรู้ธรรมะและภูมิปัญญาท้องถิ่น)
2. พัฒนาบทบาทพระสงฆ์เป็น “ครูสุขภาพผู้สูงอายุ” ฝึกอบรมพระสงฆ์ให้มีความรู้ด้านสุขภาพผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน เพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้และเป็นผู้นำกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาตนอย่างต่อเนื่องแก่ผู้สูงอายุ
3. สร้างเครือข่ายวัด-ชุมชน-ภาครัฐในการส่งเสริมสุขภาพ ผลักดันนโยบายบูรณาการระหว่างวัด องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อออกแบบกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์อย่างเหมาะสมกับบริบทของท้องถิ่น

ข้อเสนอแนะในเชิงปฏิบัติ

จากผลการวิจัยพบว่า

1. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกายอย่างสม่ำเสมอในวัด เช่น เดินจงกรม ออกกำลังกายเบา ๆ ตามวัย โภชนบำบัดร่วมกับแพทย์แผนไทย หรือกิจกรรมดูแลสุขภาพเบื้องต้นในวันพระหรือวันสำคัญทางศาสนา
2. ดำเนินกิจกรรมฝึกจิตใจและปัญญาเป็นประจำ จัดอบรมสมาธิ การสวดมนต์ เจริญภาวนา และการบรรยายธรรมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเสริมสุขภาพทางจิตใจและปัญญาให้มั่นคงและมีคุณภาพชีวิตที่สงบเย็น
3. จัด “สภาผู้สูงอายุในวัด” เพื่อเสริมสร้างสุขภาพทางสังคม สร้างพื้นที่ให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น งานบุญ จิตอาสา หรือถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นร่วมกับเยาวชนในชุมชน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

หากมีการวิจัยเกี่ยวกับบทบาทการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในอำเภอโพธิ์ประทับช้าง จังหวัดพิจิตรในครั้งต่อไป ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะการดำเนินการวิจัยในลักษณะดังต่อไปนี้

1. เพิ่มกลุ่มตัวอย่างให้หลากหลายมากขึ้น เช่น ขยายไปยังผู้ดูแลผู้สูงอายุ อาสาสมัครสาธารณสุข หรือเจ้าหน้าที่ อปท. เพื่อให้ได้มุมมองรอบด้านและสะท้อนบทบาทพระสงฆ์ได้อย่างครอบคลุม
2. พัฒนาเครื่องมือวิจัยเชิงปริมาณให้เจาะจงด้านสุขภาพทั้ง 4 มิติ เพื่อให้สามารถประเมินผลลัพธ์ของบทบาทพระสงฆ์ในแต่ละด้านได้ชัดเจนและนำไปสู่ข้อเสนอเชิงนโยบายที่เป็นรูปธรรม
3. ศึกษากลไกการดำเนินงานของพระสงฆ์ในบริบทจริง (Real Setting) โดยใช้วิธีศึกษาเชิงปฏิบัติการหรือวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (PAR) เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างนักวิจัย พระสงฆ์ และชุมชนอย่างแท้จริง

บรรณานุกรม

จงจิตร อังคทะวานิช วาสิณี วิเศษฤทธิ์ อารยา แสงเทียน และพิจาริน สมบูรณ์กุล. (2557). รายงานฉบับสมบูรณ์ การศึกษาวิถีชีวิต. ลักษณะอาหาร ภาวะโภชนาการของพระสงฆ์ สามเณร และฆราวาส : ในบริบท 4 ภูมิภาคประเทศไทย. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร: ช่อระกาการพิมพ์.



- ธานินทร์ ศิลป์จารุ. (2551). *การวิเคราะห์และวิจัยข้อมูลทางสถิติด้วย Taro Yamane*. (พิมพ์ครั้งที่ 9) กรุงเทพมหานคร: ปิสิกเนสอาร์แอนด์ดี.
- นางวัชรินทร์ ชูแก้วรุ่ง. (2561). *ศึกษากระบวนการจัดการสุขภาพชุมชนและศึกษาแนวทางการพัฒนากระบวนการจัดการสุขภาพชุมชนของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านบ่อทราย อำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต การพัฒนาสังคม). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2556). *การวิจัยเบื้องต้น (ฉบับปรับปรุงใหม่)*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สุวีริยาสาส์น.
- พระครูเกษมอินทเขต (วงศ์มา). (2562). *ชุมชนกับมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพตามวิถีพุทธแก่ผู้สูงอายุบ้านล้อง หมู่ 2 ตำบลหนองหล่ม อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต การพัฒนาสังคม). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูใบฎีกานิพนธ์ ญาณวีโร (นิตยพันธ์). (2562). *ศึกษาระดับสุขภาพทางจิตของพระสงฆ์ในเขตการปกครองคณะสงฆ์ภาค 1*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พุทธจิตวิทยา). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมาภรณ์ กิตติวัฒน์ (หวั่นอก). (2562). *วิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุองค์การบริหารส่วนตำบลเวียง อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพิบูลสิน ญาณวฑฒโน (เฉลิมรัตน์). (2562). *ศึกษาการดูแลสุขภาพของอายุในเขตพื้นที่ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- อนุชาติ พวงสำลี และอรทัย อาจอ่ำ. (2538). *การพัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตและสังคมไทย*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.