

การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของ
กลุ่มวัยเกษียณรักษสุขภาพ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
PARTICIPATION TO PROMOTE HYDROPONIC VEGETABLE CULTIVATION FOR
IMPROVE QUALITY OF HEALTHY RETIREMENT GROUP
PHRA NAKHON SI AYUTTHAYA

บังอร บุญปัน¹, ปัทมาภรณ์ สุขสมโส^{2*}

BANGON BOONPAN¹, PATTAMAPHON SOOKSOMSOD^{2*}

^{1,2}คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

^{1,2}FACULTY OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCE, PHRA NAKHON SI AYUTTHAYA RAJABHAT UNIVERSITY

*Corresponding Author E-mail: patthamaphon@aru.ac.th

บทความวิจัย (Research Article)

RECEIVED 23 FEBRUARY 2026, REVISED 16 APRIL 2026, ACCEPTED 21 MAY 2026

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ และ 2) เพื่อประเมินความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ของกลุ่มผู้สูงอายุในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยมีกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 145 คน เป็นกลุ่มผู้สูงอายุจากโรงเรียนผู้สูงอายุ 3 แห่งในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ได้แก่ ผู้สูงอายุจากองค์การบริหารส่วนตำบลท่าต่อ อำเภอมหาราช จำนวน 40 คน ผู้สูงอายุจากเทศบาลตำบลบ่อโพรง อำเภอนครหลวง จำนวน 45 คน และผู้สูงอายุจากเทศบาลเมืองบ้านกรุด อำเภอบางปะอิน จำนวน 60 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ แบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 75.17 เป็นเพศหญิง ระดับการศึกษาร้อยละ 46.21 มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ด้านอาชีพ ร้อยละ 35.17 เป็นแม่บ้าน และมีช่วงอายุระหว่าง 60-69 ปี ร้อยละ 49.66 ในส่วนการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.77 และระดับความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ พบว่า มีค่าเฉลี่ย 4.62 อยู่ในระดับพึงพอใจสูงมาก ส่วนข้อเสนอแนะอื่นๆ เพิ่มเติมจากผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการ พบว่า ผู้สูงอายุมีความสนใจในโครงการนี้มาก เป็นความรู้ที่สามารถนำไปต่อยอดปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ที่บ้านของตนเอง และสามารถปลูกขายได้ อีกทั้งหน่วยงานท้องถิ่นที่ร่วมในงานวิจัยยังเป็นศูนย์เรียนรู้การปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ที่สามารถถ่ายทอดความรู้สู่ชุมชนได้

คำสำคัญ : การมีส่วนร่วม, การปลูกผักไฮโดรโปนิคส์, กลุ่มวัยเกษียณ

ABSTRACT

This study aimed 1) to promote hydroponic vegetable cultivation among the elderly and 2) to assess their satisfaction with hydroponic vegetable cultivation in Phra Nakhon Si Ayutthaya province. The sample consisted of 145 older adults from elderly schools in three areas of the province: 40 participants from Tha Tor Subdistrict Administrative Organization, Maha Rat District; 45 participants from Bo Phong Subdistrict Municipality, Nakhon Luang District; and 60 participants from Ban Krot Municipality, Bang Pa In District. Data was collected by conducting interview, questionnaire and was analyzed by using descriptive Statistics. The findings revealed that 75.17% of participants were female. Regarding education, 46.21% had completed secondary education, while 35.17% were housewives. Nearly half of the participants (49.66%) were aged between 60 and 69 years. The average satisfaction score for promote hydroponic vegetable cultivation was very high ($X = 4.77$). and the average satisfaction score participation in the hydroponic vegetable cultivation was very high ($X = 4.62$). Additional participants' feedback demonstrated significant interest in applying the acquired knowledge to home cultivation and potential income generation. Furthermore, local organizations involved in the project have functioned as learning centers for hydroponic vegetable cultivation, facilitating the dissemination of knowledge and skills throughout the wider community.

Keywords: Participation, hydroponic vegetable cultivation, retirement group

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงสังคมไทยที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ทำให้หลายภาคส่วนให้ความสำคัญในการเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตแบบพึ่งพาตนเองได้ มีความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะกระทำการใดๆ ให้สำเร็จได้ด้วยตนเองไม่เป็นภาระของผู้อื่น เสริมสร้างการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ซึ่งในปัจจุบันมีการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในแต่ละชุมชนเพื่อเป็นพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มเรียนรู้ และฝึกทักษะต่างๆ ตามความต้องการที่หลากหลายและซับซ้อน สอดคล้องกับมาตรการขับเคลื่อนสังคมสูงวัยคนไทยอายุยืน 4 มิติ ทั้งในมิติเศรษฐกิจ มิติสภาพแวดล้อม มิติสุขภาพ และมิติสังคม (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2563) ซึ่งมีเป้าหมายให้ผู้สูงอายุมีหลักประกันในการดำรงชีวิตทุกมิติสามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างอิสระ และยาวนาน

ในปัจจุบันการบริโภคผักเป็นกระแสนิยมในกลุ่มผู้บริโภคที่สนใจในการดูแลสุขภาพ และเป็นหนึ่งในทางเลือกของผู้บริโภคเพื่อการดูแลสุขภาพ เริ่มมีการนำผักไฮโดรโปนิคส์เข้าในประเทศไทยเมื่อ 10 กว่าปีที่แล้ว โดยผู้ประกอบการจีนได้แนะนำให้ผู้ประกอบการคนไทยปลูกผักเพื่อการค้าที่เรียกว่าผักลอยฟ้า เพื่อแก้ปัญหาการปลูกผักในดินที่ใช้สารเคมีกำจัดศัตรูพืชและวัชพืช ทำให้เกิดสารพิษตกค้างและเป็นอันตรายต่อการบริโภคและตัวเกษตรกร การปลูกผักในดินต้องใช้น้ำมาก ต้องปรับสภาพดินและใช้ปุ๋ยเคมีสูตรต่างๆ ตามอายุผัก ส่วนไฮโดรโปนิคส์เป็นระบบการปลูกผักในสารละลายธาตุอาหารในรูปแบบออสโมไนต์ ไม่ใช้ดิน ไม่ใช้สารกำจัดศัตรูพืช ใช้น้ำน้อย จึงเป็นการแก้ปัญหาดังกล่าว (คงเดช พะสีนาม และคณะ, 2562) ไฮโดรโปนิคส์ (hydroponics) มาจากภาษากรีก

คำว่า “Hydro” แปลว่าน้ำ รวมกับคำว่า “Ponos” ที่แปลว่างาน เมื่อนำมารวมกันจึงหมายถึงการทำงานของน้ำหรือสารละลายธาตุอาหารผ่านรากพืช ซึ่งสื่อถึงการปลูกพืชแบบเหมาะกับการปลูกในพื้นที่ที่สภาพดินหรือสภาพแวดล้อมไม่เหมาะสมต่อการปลูก ใช้พื้นที่ในการเพาะปลูกน้อยและสามารถทำการผลิตได้อย่างสม่ำเสมอตลอดจนควบคุมสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องได้ง่าย (โครงการการพัฒนาต้นแบบการผลิตผักไฮโดรโปนิคส์เพื่อส่งเสริมการบริโภคที่ปลอดภัย, 2563) การปลูกผักในลักษณะนี้นิยมปลูกพืชผักกินใบ เพราะใช้ระยะเวลาสั้นในการเก็บเกี่ยว และสามารถปลูกได้ไม่ว่าพื้นที่จะมากหรือน้อย ผักที่ปลูกได้ดีและนิยมปลูก ได้แก่ ผักไทย เช่น คะน้า กวางตุ้ง กะหล่ำดอก ผักกาดหัว ผักกาดขาว ผักบุ้งจีน ผักกาดขาว ขึ้นฉ่าย ผักชี และสายพันธุ์ต่างประเทศ เช่น กรีนโอ๊ค เรดโอ๊ค บัตเตอร์เฮด สลัดคอส ฟิลเลย์ ไอซ์เบิร์ก เป็นต้น (ศิริรัตน์ สารแสง และคณะ, 2562) ซึ่งประโยชน์ของการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์นั้นใช้น้ำน้อย เพราะใช้ภาชนะหรือระบบวนน้ำแบบปิดเพื่อหมุนเวียนน้ำ สามารถควบคุมการใช้ธาตุอาหารของพืช การใช้น้ำ และโรคในดินได้ง่ายกว่าการปลูกพืชในดิน ปลอดภัยจากสารพิษ ไม่มีสิ่งปนเปื้อน ไม่มีวัชพืชมารบกวน พืชเจริญเติบโตให้ผลผลิตเร็ว มีคุณค่าทางโภชนาการสูง รวมทั้งช่วยรักษาหน้าดิน ไม่ต้องชะล้างหน้าดิน จึงเป็นผลดีต่อสิ่งแวดล้อม สามารถปลูกบริโภคในครัวเรือนหรือปลูกเพื่อจำหน่ายได้

ในการลงสำรวจข้อมูลในพื้นที่วิจัยร่วมกับโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่ดูแลของมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยาซึ่งมีขอบเขตเป้าหมายอยู่ 3 พื้นที่โดยใช้แบบสัมภาษณ์ พบว่าพื้นที่ดังกล่าวมีความต้องการกิจกรรมการปลูกผักปลอดสารพิษ เพราะผักนั้นสามารถปลูกได้ กินได้ และขายได้ แต่ถ้าเป็นการปลูกผักสวนครัวทั่วไป ครัวเรือนส่วนใหญ่ก็ปลูก จึงลงความเห็นกันว่าควรจะปลูกผักไฮโดรโปนิคส์เพิ่มจากผักสวนครัวที่มีอยู่แล้ว สอดคล้องกับกับผู้วิจัยที่ต้องการถ่ายทอดความรู้ และส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมยามว่างที่เป็นประโยชน์ ปลูกผักกินได้ ปลอดภัย และผู้สูงอายุกลุ่มนี้สามารถถ่ายทอดองค์ความรู้สู่ชุมชน และผู้ที่สนใจทั่วไปได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. เพื่อประเมินความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ของกลุ่มผู้สูงอายุในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. ขอบเขตการศึกษา

ขอบเขตด้านพื้นที่ พื้นที่วิจัยเป็นโรงเรียนผู้สูงอายุในองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น 3 แห่งในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา คือ 1) องค์การบริหารส่วนตำบลท่าต่อ ตำบลท่าต่อ อำเภอมหาราช 2) เทศบาลตำบลบ่อโพง ตำบลบ่อโพง อำเภอนครหลวง และ 3) เทศบาลเมืองบ้านกรด ตำบลบ้านกรด อำเภอบางปะอิน

ขอบเขตของเวลา ในการดำเนินการวิจัย อยู่ในช่วงเดือนตุลาคม 2568 ถึงเดือนมกราคม 2569

ขอบเขตของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุจากโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประกอบด้วย ผู้สูงอายุจากองค์การบริหารส่วนตำบลท่าต่อ จำนวน 40 คน ผู้สูงอายุจากเทศบาลตำบลบ่อโพง จำนวน 45 คน และผู้สูงอายุจากเทศบาลเมืองบ้านกรด จำนวน 60 คน รวมทั้งหมด 145 คน ซึ่งจำนวนผู้สูงอายุในงานวิจัยได้มาจากแบบสัมภาษณ์ความต้องการเข้าร่วมงานวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย คือ แบบสอบถามผู้เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งแบบสอบถามในครั้งนี้สามารถแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

3. การรวบรวมข้อมูล

1) การประชุมระดมความคิดเห็น การสอบถามความพร้อม และความต้องการของกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่วิจัย รวมถึงจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ

2) ลงพื้นที่สำรวจสภาพทั่วไปของพื้นที่วิจัย เพื่อศึกษาความพร้อมของพื้นที่

3) การลงภาคสนามเพื่อดำเนินกิจกรรมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ การติดตามผล และการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามของผู้สูงอายุจากโรงเรียนผู้สูงอายุ ระหว่างเดือนตุลาคม 2568 ถึงเดือนมกราคม 2569

4. วิธีการศึกษา

1) ขั้นตอนเตรียมการ ประสานพื้นที่ โดยผู้วิจัยดำเนินการสำรวจพื้นที่ และศึกษาข้อมูลเบื้องต้นสำรวจความต้องการของผู้สูงอายุ ศักยภาพ รวมถึงระยะเวลาในการติดตามโครงการวิจัย

2) ขั้นตอนลงมือวิจัย การวิจัยในครั้งนี้ใช้การมีส่วนร่วมระหว่างผู้วิจัยกับกลุ่มผู้สูงอายุ การลงมือปฏิบัติ โดยผู้วิจัยเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นในงานวิจัย ดังนี้

2.1 ขั้นตอนศึกษาปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่วิจัย 3 แห่ง ระบุถึงความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากมีกิจกรรมทำในเวลาว่าง และสามารถเป็นความรู้ติดตัว สามารถนำไปกลับไปทำที่บ้านตนเองได้ รวมถึงอาจเป็นการสร้างรายได้ได้อีกทางหนึ่ง โดยการใช้เครื่องมือ คือ การประชุมระดมความคิดเห็น และการสนทนากลุ่ม เพื่อให้มาซึ่งความต้องการที่แท้จริง

2.2 ขั้นตอนการลงมือปฏิบัติ คือ การปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ การเตรียมวัสดุอุปกรณ์ การเตรียมพื้นที่ และการคัดเลือกชนิดพันธุ์ที่นำมาปลูก การดูแล การใส่ปุ๋ย รวมถึงระยะเวลาในการเก็บเกี่ยวผลผลิตของผักแต่ละชนิด

3) การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา เพื่ออธิบายข้อมูลจากการเก็บรวบรวมข้อมูล สามารถสรุปได้ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 4 ข้อ โดยได้นำมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์จำนวน 8 ข้อ โดยได้นำมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ส่วนที่ 3 เป็นคำแบบสอบถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ จำนวน 8 ข้อ โดยได้นำมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ส่วนที่ 4 เป็นคำถามปลายเปิดเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่นๆ

โดยใช้การอันตรภาค (Interval scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert scale) ในการพิจารณาตัดสินคะแนนเฉลี่ยที่ได้รับจากการให้ข้อมูลเป็น 5 ระดับ โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่แบ่งมาตราส่วนประมาณค่าระดับออกเป็น 5 ช่วงเท่าๆ กัน ใช้หลักการดังนี้

$$\frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนระดับ}} = \frac{5-1}{5} = 0.80$$

การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยใช้เกณฑ์ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	4.21-5.00	ความหมาย	พึงพอใจสูงมาก/ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย	3.41-4.20	ความหมาย	พึงพอใจสูง/ได้รับการส่งเสริมในระดับมาก
คะแนนเฉลี่ย	2.61-3.40	ความหมาย	พึงพอใจปานกลาง/ได้รับการส่งเสริมในระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.81-2.60	ความหมาย	พึงพอใจน้อย/ได้รับการส่งเสริมในระดับต่ำ
คะแนนเฉลี่ย	1.00-1.80	ความหมาย	พึงพอใจน้อยมาก/ได้รับการส่งเสริมในระดับน้อยมาก

ผลการวิจัย

ผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

จากการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 75.17 เป็นเพศหญิงมากที่สุด และร้อยละ 24.83 เป็นเพศชาย ด้านระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.21 มีระดับการศึกษามัธยมศึกษามากที่สุด รองลงมา ร้อยละ 43.45 การศึกษาระดับประถมศึกษา และน้อยที่สุด คือร้อยละ 10.34 มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ด้านอาชีพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 35.17 มีอาชีพแม่บ้านมากที่สุด รองลงมา ร้อยละ 27.59 มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 13.80 มีอาชีพเป็นเกษตรกร ร้อยละ 11.72 มีอาชีพค้าขาย ร้อยละ 6.20 เป็นข้าราชการเกษียณ และน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 5.52 มีอาชีพอื่นๆ ด้านอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 49.66 มีอายุระหว่าง 60-69 ปี

รองลงมา ร้อยละ 28.97 มีอายุระหว่าง 55-59 ปี ร้อยละ 15.17 มีอายุมากกว่า 70 ปีขึ้นไป และน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 6.20 มีอายุน้อยกว่า 54 ปี ดังที่แสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 145 คน

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง	ค่าร้อยละ
1. เพศ		
- ชาย	36	24.83
- หญิง	109	75.17
รวม	145	100
2. ระดับการศึกษา		
- ประถมศึกษา	63	43.45
- มัธยมศึกษา	67	46.21
- ปริญญาตรี	15	10.34
รวม	145	100
3. อาชีพ		
- ช่างการเกษตร	9	6.20
- แม่บ้าน	51	35.17
- รับจ้าง	40	27.59
- ค้าขาย	17	11.72
- เกษตรกร	20	13.80
- อื่นๆ	8	5.52
รวม	145	100
4. อายุ		
- น้อยกว่า 54 ปี	9	6.20
- 55-59 ปี	42	28.97
- 60-69 ปี	72	49.66
- 70 ปีขึ้นไป	22	15.17
รวม	145	100

2. การส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์

ผลการศึกษาการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 4.77 เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้าน พบว่า ได้รับการส่งเสริมการจัดอบรม สัมมนา และการแลกเปลี่ยนความรู้ด้านการปลูกผัก การจัดทำแปลงสาธิต/โรงเรือนปลูกผัก มีเอกสาร/คู่มือ/แผ่นพับ แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับการปลูกผัก มีการสนับสนุนโครงสร้างพื้นฐานจากหน่วยงานท้องถิ่น เช่น ที่ตั้งโรงเรือน, น้ำประปา มีค่าเฉลี่ย 5.00 มีสนับสนุนเมล็ดผัก ปุ๋ย และวัสดุอื่นๆ ในการปลูกผัก มีค่าเฉลี่ย 4.92 มีการสนับสนุนแหล่งเงินทุนจากหน่วยงานและมหาวิทยาลัย มีค่าเฉลี่ย 4.74 มีการส่งเสริมผ่านเทคโนโลยีสารสนเทศ เช่น Line, Facebook, YouTube มีค่าเฉลี่ย 4.34 และมีการสนับสนุนด้านการตลาด เช่น แหล่งขายผักในพื้นที่ มีค่าเฉลี่ย 4.12 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์

การส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์	ระดับการได้รับการส่งเสริม					ค่าเฉลี่ย	การแปลผล
	1	2	3	4	5		
1. มีการจัดอบรม สัมมนา และการแลกเปลี่ยนความรู้ด้านการปลูกผัก	-	-	-	-	145	5.00	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
2. มีการจัดทำแปลงสาธิต/โรงเรือนปลูกผัก	-	-	-	-	145	5.00	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
3. มีเอกสาร/คู่มือ/แผ่นพับ แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับการปลูกผัก	-	-	-	-	145	5.00	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
4. การส่งเสริมผ่านเทคโนโลยีสารสนเทศ เช่น Line, Facebook, youtube	-	-	35	25	85	4.35	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
5. มีการสนับสนุนโครงสร้างพื้นฐานจากหน่วยงานท้องถิ่น เช่น ที่ตั้งโรงเรือน, น้ำประปา	-	-	-	-	145	5.00	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
6. มีการสนับสนุนแหล่งเงินทุนจากหน่วยงานท้องถิ่น	-	-	11	16	118	4.74	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
7. สนับสนุนเมล็ดผัก ปุ๋ย และวัสดุอื่นๆ ในการปลูกผัก	-	-	-	11	134	4.92	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด
8. สนับสนุนด้านการตลาด เช่น แหล่งขายผักในพื้นที่	-	10	32	34	69	4.12	ได้รับการส่งเสริมในระดับมาก
สรุประดับการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์						4.77	ได้รับการส่งเสริมในระดับมากที่สุด

3. คำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์

ผลการศึกษาความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์อยู่ในระดับพึงพอใจสูงมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 4.62 เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้าน พบว่า ความพึงพอใจต่อภาพรวมของผู้เข้าร่วมอบรม มีค่าเฉลี่ย 4.81 มีความสุขและสนุกกับเข้าร่วมโครงการนี้ มีค่าเฉลี่ย 4.80 ประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการ มีค่าเฉลี่ย 4.69 มีความรู้ แนวคิด ทักษะ และประสบการณ์ใหม่ๆ มีค่าเฉลี่ย 4.60 มีความสามารถที่จะถ่ายทอดความรู้สู่บุคคลอื่นได้ มีค่าเฉลี่ย 4.58 โครงการนี้เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้และพัฒนาความสามารถ มีค่าเฉลี่ย 4.53 สิ่งที่ได้รับจากโครงการตรงกับความต้องการหรือไม่ มีค่าเฉลี่ย 4.48 และสามารถนำสิ่งที่ได้รับจากโครงการไปต่อยอดสร้างรายได้ มีค่าเฉลี่ย 4.43 แสดงดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ระดับความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์

ความพึงพอใจหลังเข้าร่วมโครงการ	ระดับความพึงพอใจ					ค่าเฉลี่ย	การแปลผล
	1	2	3	4	5		
1. ท่านได้รับความรู้ แนวคิด ทักษะ และประสบการณ์ใหม่ๆ	-	3	5	38	99	4.60	พึงพอใจสูงมาก
2. ท่านสามารถนำสิ่งที่ได้รับในการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ไปต่อยอดรายได้ของท่าน	1	-	15	47	82	4.43	พึงพอใจสูงมาก

3. สิ่งที่ท่านได้รับจากการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ตรงกับความคาดหวังของท่านหรือไม่	-	2	16	37	90	4.48	พึงพอใจสูงมาก
4. ความรู้ในการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์นี้เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้และพัฒนาความสามารถของท่าน	-	4	9	38	94	4.53	พึงพอใจสูงมาก
5. ท่านมีความสามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้สู่บุคคลอื่นได้	-	2	9	37	97	4.58	พึงพอใจสูงมาก
6. ท่านมีความสุขและสนุกกับการเข้าร่วมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ในครั้งนี้	-	-	-	29	116	4.80	พึงพอใจสูงมาก
7. ประโยชน์ที่ท่านได้รับจากการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ในครั้งนี้	-	-	9	26	110	4.69	พึงพอใจสูงมาก
8. ความพึงพอใจของท่านต่อภาพรวมของการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ในครั้งนี้	-	-	-	27	118	4.81	พึงพอใจสูงมาก
สรุประดับความพึงพอใจต่อการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์						4.62	พึงพอใจสูงมาก

ในส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะอื่นๆ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด ผู้สูงอายุมีความสุข อยากให้มีกิจกรรมแบบนี้
อีก ได้ประโยชน์ ได้ความรู้ ปฏิบัติได้ ทำเป็นงานอดิเรกในครอบครัว สามารถประยุกต์ภาชนะเหลือใช้นำมา
เป็นอุปกรณ์ปลูกผักได้ รวมทั้งสามารถสร้างรายได้ได้อีกทางหนึ่ง

อภิปรายผล

การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มวัยเกษียณรักสุขภาพ เป็นงานวิจัยที่ถ่ายทอดองค์ความรู้การปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ให้กับกลุ่มผู้ สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุใน 3 พื้นที่ ซึ่งผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมนี้เป็นผู้ที่สนใจอยากได้ความรู้ด้านการปลูกผักประเภทนี้ สอดคล้องกับเทศบาลพัฒนานิคม (2568) มีการจัดโครงการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ มีการเรียนรู้วิธีเพาะเมล็ด และการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์เพื่อบริโภคและจำหน่าย เหมือนกับกรมอนามัย (2564) มีการสร้างนวัตกรรมด้านการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุในระดับพื้นที่ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีและคุณภาพชีวิตที่ดี กิจกรรมการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ด้วยท่อ PVC ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุมีผักปลอดสารพิษไว้รับประทาน และสามารถสร้างรายได้ให้ตนเองได้ การปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ปลูกง่าย ใช้พื้นที่น้อย ใช้น้ำน้อย ไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับศัตรูพืชหรือสารเคมีตกค้าง ปลูกทานเองหรือขายได้ เป็นผักที่กำลังได้รับความนิยมในการบริโภค สอดคล้องกับศุภฤกษ์ เขาวลิตตระกูล (2560) ที่ว่าการปลูกผักด้วยวิธีไฮโดรโปนิคส์ ไว้รับประทานเองหรือปลูกไว้ขายเป็นรายได้เสริมนั้นกำลังเป็นที่นิยมปัจจุบัน เพราะใช้พื้นที่ในการปลูกน้อย เช่นเดียวกับณัฐพล อารีพงศ์ธรรม (2552) ศึกษาเกี่ยวกับการบริโภคผักไฮโดรโปนิคส์ในจังหวัดสงขลาแล้วพบว่า ผู้บริโภคให้ความสนใจเกี่ยวกับวิธีการผลิตโดยเลือกบริโภคผักไฮโดรโปนิคส์ เนื่องจากเชื่อว่าผักไฮโดรโปนิคส์ปลอดสารเคมี ปลอดภัย และมีประโยชน์ต่อสุขภาพมากกว่าผักชนิดอื่น

ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มวัยเกษียณรัชสุขภาพ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำวิจัยไปใช้ประโยชน์ การปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ สามารถประยุกต์วัสดุอุปกรณ์ที่เหลือใช้มาเป็นภาชนะในการปลูก เพื่อลดต้นทุนได้ จึงสามารถถ่ายทอดองค์ความรู้ไปสู่ชุมชน โรงเรียน หรือพื้นที่อื่นๆ ได้

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป เพื่อส่งเสริมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยควรมีการศึกษาตลาด หรือแนวทางการส่งเสริมด้านการตลาด แหล่งจำหน่ายสินค้า ให้กับผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดที่เป็นรูปธรรมมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2563). มาตรการขับเคลื่อนสังคมสูงวัยคนไทยอายุยืน 4 มิติ. สืบค้นเมื่อ 11 ธันวาคม 2568, จาก <https://www.dop.go.th/th/implementation/2/3/137>
- คงเดช พะสีนาม, ธีรมาศ กาศสนุก และณรณมล เล่าห์รอดพันธ์. (2562). การออกแบบและพัฒนาเครื่องควบคุมอุณหภูมิความชื้นสัมพัทธ์สำหรับการเพาะต้นอ่อนพืช. วารสารเกษตรนเรศวร, 16(2), 27-34.
- โครงการการพัฒนาต้นแบบการผลิตผักไฮโดรโปนิกส์เพื่อส่งเสริมการบริโภคที่ปลอดภัย. (2563) คู่มือการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์. กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- ณัฐพล อารีพงษ์ธรรม (2552). พฤติกรรมการบริโภคผักไฮโดรโปนิกส์ของผู้บริโภคในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. สารนิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจเกษตร. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ศิริรัตน์ สารแสง, กิตติศักดิ์ รสโสดา, กัญญารัตน์ โคตรสมบูรณ์ และอรรธศาสตร์ วิเศียรศาสตร์ (2562). พฤติกรรมผู้บริโภคและปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคผักไฮโดรโปนิกส์ในเขตอำเภอเมืองอุดรธานี จังหวัดอุดรธานี. วารสารเกษตรพระวรุณ, 16(1), 129-141.
- ศุภฤกษ์ เขวลิตตระกูล (2560). ระบบปลูกผักสลัดไฮโดรโปนิกส์แบบอัตโนมัติ. งานค้นคว้าอิสระหลักสูตรวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศและการจัดการ. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย. (2564). คู่มือรวบรวมผลงานนวัตกรรมด้านการส่งเสริมดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ประจำปี 2564. สืบค้นเมื่อ 15 มกราคม 2569, จาก <https://eh.anamai.moph.go.th/>
- เทศบาลตำบลพัฒนานิคม. (2568). โครงการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์เพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ประจำปี 2568. สืบค้นเมื่อ 22 มกราคม 2569, จาก <https://www.pattananikhom.go.th/>