

บทความวิจัย (ก.ค. – ธ.ค. 2561)

การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี

ณพชัย เทียมทอง, มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานีจังหวัดอุบลราชธานี 34000, Email: ple.ub@outlook.co.th

ดร.จินตนา จุลทัศน์ คณะแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุภาพร ใจการณ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการพัฒนาแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์เชิงลึก แบบบันทึกการสนทนากลุ่มและแบบประเมิน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่าการพัฒนาแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี มี 4 องค์ประกอบ ได้แก่ หลักการ วัตถุประสงค์ การดำเนินการและเงื่อนไขความสำเร็จ ดังนี้ 1) หลักการ หมายถึง การดำเนินการของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของสมาชิกในชมรม โดยใช้หลักการมีส่วนร่วมที่เน้นการพึ่งตนเองตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งในด้านเศรษฐกิจ ด้านสันติภาพและการทำกิจกรรม ด้านสุขภาพ และด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม 2) วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจ, ด้านสันติภาพและการทำกิจกรรม, ด้านสุขภาพ และด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม 3) การดำเนินการ ประกอบด้วย 3.1) การส่งเสริมด้านเศรษฐกิจ โดยการส่งเสริมความรู้เรื่องการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง การมีความรู้ในการประกอบอาชีพและสร้างรายได้ การบริหารการเงิน และการจัดตั้งกองทุนชมรมผู้สูงอายุ 3.2) การส่งเสริมด้านสันติภาพและการทำกิจกรรม โดยการพัฒนาศักยภาพความเป็นผู้นำ การทำกิจกรรมสันติภาพ การทำกิจกรรมอาสาสมัคร การสร้างเครือข่ายของชมรมผู้สูงอายุ 3.3) การส่งเสริมด้านสุขภาพ โดยการจัดกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนดูแลและห่วงใย การจัดกิจกรรมเพื่อเชิดชูผู้สูงอายุ การจัดที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี การปฏิบัติกิจกรรมในด้านธรรมะและการฝึกสมาธิ 3.4) การส่งเสริมด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม โดยการส่งเสริมการออม การพึ่งพาตนเอง การเยี่ยมเยียนกันที่บ้าน การสร้างแรงจูงใจให้เข้าร่วมเป็นสมาชิก การมีสัมพันธ์ภาพทางสังคมที่ดี การศึกษาเรียนรู้ตลอดชีวิต การพัฒนาศักยภาพตนเองและการสร้างความภาคภูมิใจ และ 4) เงื่อนไขความสำเร็จ ได้แก่ สมาชิกต้องเข้าร่วมกิจกรรมและปฏิบัติตามกฎอย่างเคร่งครัด มีการประสานความร่วมมือกับภาคส่วนต่างๆ ผู้นำที่มีศักยภาพ และสมาชิกชมรมจะต้องนำความรู้ที่ไปปฏิบัติอย่างเต็มความสามารถ และผลการประเมินรูปแบบโดย

ผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า รูปแบบมีความเหมาะสมและมีความเป็นไปได้ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 4.41 และ 3.81 ตามลำดับ)

คำสำคัญ: การส่งเสริมคุณภาพชีวิต, คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ, ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี

Received: March 31, 2018, **Accepted** April 18, 2018

Model Development for Promoting the Quality of Life of Elderly in Elderly Club Ubon Ratchathani Province

Nahathai Theamthong, Ubon Ratchathani Rajabhat University, Ubon Ratchathani Province, 34000

Email: ple.ub@outlook.co.th

Dr. Jintana Junlatat, Faculty of Thai Traditional and Alternative Medicine, Ubon Ratchathani Rajabhat University

Asst. Prof. Dr. Supaporn Chaigarun, Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

Abstract

The research aimed to study model development for promoting the quality of life of the elderly in Elderly Club of Ubon Ratchathani province. Randomly selected sample group of the study were 400 members of the club. The research instruments were questionnaires, in-depth interviews, focus groups and model evaluation. Collected data were analyzed by using percentage, mean, standard deviation, and content analysis. The research findings were as follows: The developed model comprised 4 elements including principle, objective, operation and success condition. 1) Principle referred to the use of participation focusing on self-reliance following self-sufficiency economy in order to promote the quality of life of elderly members in terms of economy, recreation and activities, health, and ability in self-reliance and social relationships. 2) Objective was to promote the elderly's quality of life in the aforementioned aspects. 3) Operation consisted of (1) economic promotion done by providing knowledge about self-sufficiency economy, occupation, income generation, financial management, and elderly club's fund establishment; (2) recreation promotion and activities operated through developing leadership potential, recreational activities, volunteer activities and elderly club networks; (3) health promotion by organizing activities covering helping friends, paying homage to the elderly, improving home environments, and dharma practice and meditation; (4) self-reliance and social relationships promotion by enhancing savings, self-reliance, home-visit, motivational encouragement in joining the club,

social relationships, life-long learning, self development and self-esteem. 4) Success conditions involved members attending provided events and strictly following the rules; coordinating with various sectors, potential leaders, and members bringing gained knowledge to action. The strategy evaluation assessed by experts resulted in a higher level of suitability and possibility (mean 4.41 and 3.81 respectively).

Keywords: Life Quality Promotion, Quality of Life for the Elderly, Elderly Club of Ubon Ratchathani

บทนำ

จากสถานการณ์ในปัจจุบัน พบว่าประชากรโลกมีมากกว่า 7,500 ล้านคนและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ (World meter 2017: ออนไลน์) และไม่เพียงการเพิ่มขึ้นของประชากรโลกเท่านั้น แต่ยังพบว่าจำนวนประชากรผู้สูงอายุก็ยังเพิ่มมากขึ้นและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจากร้อยละ 9.1 ในปี พ.ศ. 2542 เป็นร้อยละ 12.9 ในปี พ.ศ. 2555 และเพิ่มเป็นร้อยละ 15.0 ในปี พ.ศ. 2559 จากการเพิ่มขึ้นนี้เองทำให้สังคมโลกก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ซึ่งจากนิยามความหมายแล้วคำว่าสังคมผู้สูงอายุ หมายถึง การที่สังคมนั้นๆมีจำนวนประชากรผู้สูงอายุหรือผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด และการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในหลายประเทศทั่วโลกก็มีสาเหตุที่คล้ายกันคือเป็นผลสืบเนื่องมาจาก การพัฒนาทางด้านเศรษฐกิจ ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาการด้านการแพทย์ ความรู้ด้านโภชนาการ และการดูแลสุขภาพที่ช่วยให้มนุษย์มีชีวิตที่ยืนยาวขึ้น ประกอบกับการมีนโยบายการวางแผนครอบครัวหรือการควบคุมการมีบุตร การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคม ค่านิยมและทัศนคติที่ทำให้ผู้หญิงมีการแต่งงานลดลง การหย่าร้างเพิ่มขึ้น มีบุตรน้อยลง อัตราการเกิดลดลงทำให้โครงสร้างประชากรเปลี่ยนไปมีวัยเด็กน้อยลงจึงสวนทางกับอัตราส่วนของจำนวนประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้น (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม 2556, เจาะลึกกระบวนสุขภาพ 2558 : ออนไลน์) และการเป็นสังคมผู้สูงอายุนี้อาจได้ส่งผลกระทบต่อประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจและด้านสังคม จากการที่ประชากรในวัยแรงงานที่ลดลง และการที่รัฐต้องจัดระบบดูแลผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี เช่น การจัดสรรทรัพยากรต่างๆ การจัดสวัสดิการที่จำเป็น รวมทั้งบริการทางการแพทย์ในระยะยาว (สำนักงานสถิติแห่งชาติ 2557 : 1)

สำหรับประเทศไทยได้เริ่มก้าวเข้าสู่การเป็น “สังคมผู้สูงอายุ” ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 เนื่องจากเป็นปีแรกที่มีจำนวนประชากรผู้สูงอายुर้อยละ 10.3 ของจำนวนประชากรทั้งหมด และพบว่าในปี พ.ศ. 2557 มีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 14.9 ของจำนวนประชากรทั้งหมด ซึ่งเมื่อพิจารณาการกระจายตัวของผู้สูงอายุตามเขตการปกครองหรือเขต ที่อยู่อาศัยและภาค พบว่าในปี พ.ศ. 2557 มีจำนวนผู้สูงอายุอาศัยอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมากที่สุดร้อยละ 31.9 รองลงมาคือภาคกลางร้อยละ 25.6 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ 2557: 1) จากการเป็นสังคมผู้สูงอายุของ

ประเทศไทยนี้เองทำให้เกิดผลกระทบต่อประเทศไทยในด้านเศรษฐกิจ จากสัดส่วนประชากรวัยแรงงานที่ลดลง เกิดปัญหาการขาดแคลนแรงงาน ผลผลิตภาพแรงงานลดลง ส่งผลต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ รายได้ของประเทศ รายได้ต่อหัวประชากร การออมและการลงทุนลดลง แต่ในทางกลับกันงบประมาณของรัฐบาลในค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพซึ่งเป็นภาระทางการคลังของประเทศได้เพิ่มขึ้น สำหรับผลกระทบในด้านสังคมที่เกิดจากการที่ผู้สูงอายุไม่มีรายได้หรือรายได้ไม่พอเลี้ยงชีพ และไม่มีเงินออม ส่งผลให้เกิดปัญหาในการดำรงชีพสร้างภาระแก่สังคมที่ต้องช่วยเหลือเกื้อกูลจัดสวัสดิการต่างๆให้เหมาะสมและเพียงพอ (ชมพูนุท พรหมภักดี 2556 : 1) อย่างไรก็ตามปัญหาสำคัญที่สุดของผู้สูงอายุก็คือปัญหาด้านสุขภาพ โดยเฉพาะปัญหาทางสุขภาพร่างกายเป็นผลจากการขาดการออกกำลังกายและการรับประทานอาหารที่เหมาะสม ส่วนปัญหาทางสุขภาพจิตเป็นผลจากผู้สูงอายุรู้สึกที่ไม่สบาย มีความเจ็บปวด วิตกกังวลและซึมเศร้า (ฤทธิชัย แกมมณาค และสุภัชชา พันเลิศพาณิชย์ 2559 : 48, Zhang and others 2016 : 2) รวมทั้งปัญหาทางด้านเศรษฐกิจหรือการประกอบอาชีพเกิดจากรายได้ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจึงลดลง และพบว่าสิ่งที่ผู้สูงอายุคนไทยต้องการมากที่สุดคือความสุขจากการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งเกิดจากการมีส่วนร่วมกับสังคม ได้ทำสิ่งที่เกิดประโยชน์แก่ตนเอง ผู้อื่นและสังคม (สุพัตรา ศรีวิมลชากร 2555 : 8)

ด้วยเหตุผลข้างต้นยุทธศาสตร์ของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564) จึงได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้สูงอายุทั้งการทำงานที่เหมาะสมตามศักยภาพ และมีรายได้เพียงพอในการดำรงชีวิต การวางแผนการออมเพื่อวัยเกษียณ การสร้างเสริมและฟื้นฟูสุขภาพ การปรับปรุงสภาพแวดล้อมและความจำเป็นทางกายภาพให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ การพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในรูปแบบที่หลากหลาย การจัดบริการสุขภาพและสวัสดิการสังคมอย่างบูรณาการ และการพัฒนาชุมชนที่มีศักยภาพและความพร้อมให้เป็นต้นแบบของการดูแลผู้สูงอายุเพื่อขยายผลไปสู่ชุมชนอื่นและการสร้างความเสมอภาคเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ ดังนั้นสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) จึงได้เสนอยุทธศาสตร์การเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ที่ให้ความสำคัญกับการยกระดับคุณภาพชีวิต (คนธรส เหล่าประติษฐ์ 2559 : 9-10) ซึ่งการมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น ประกอบไปด้วยองค์ประกอบ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ อย่างไรก็ตามองค์ประกอบเหล่านี้น้อยอมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกฎของธรรมชาติ ทำให้มนุษย์เกิดความต้องการที่จะเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อความสำเร็จให้แก่ตนเองสืบต่อไป การพัฒนานตนเองเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีจึงควรมีการพัฒนาสุขภาพในด้านร่างกาย เพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ การพัฒนาทางด้านอารมณ์ เพื่อการมีสุขภาพจิตที่ดี การพัฒนาทางด้านสังคม เพื่อการเข้าร่วมกันใช้เวลาว่างบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชน และการพัฒนาทางด้านสติปัญญา เพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะและประสบการณ์ในด้านต่างๆ (อรรธรณ น้อยวัฒน์ 2555 : ออนไลน์)

นอกจากนี้ภาครัฐก็ได้มีการพัฒนารูปแบบการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ การจัดตั้งคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ การจัดทำแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ โดยเฉพาะการประกาศใช้พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ที่มีการกำหนดสิทธิผู้สูงอายุให้ได้รับบริการทางการแพทย์ บริการทางการศึกษา การประกอบอาชีพ การมีส่วนร่วมทางสังคมและการพัฒนาตนเอง ในด้านต่างๆ เป็นต้น นอกจากนี้ยังได้วางนโยบายให้ส่วนราชการทั้งในภูมิภาคและท้องถิ่น องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น รวมทั้งรัฐวิสาหกิจดำเนินการในการกิจต่างๆ เช่น การสังเคราะห์เบี่ยงชีพ การฉะบปะนกิจ และสถานสงเคราะห์คนชรา (เศรษฐวัฒน์ โขควรรกุล 2555 : 1) รวมทั้งการก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุ

ชมรมผู้สูงอายุเป็นหนึ่งในโครงการของรัฐบาลที่มีเป้าหมายเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยมีหน่วยงานภาครัฐที่รับผิดชอบงานคือ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ การดำเนินงานโดยทั่วไปของชมรมคือ การให้บริการข้อมูลความรู้แก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ และการออกกำลังกายเป็นประจำที่ส่งผลดีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (Yaser Khaje – Bishak and others 2014 : 257-263) อย่างไรก็ตามแม้ว่าชมรมผู้สูงอายุจะมีรูปแบบการดำเนินการเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ชัดเจน แต่พบว่าการดำเนินงานของชมรมยังมีปัญหาและอุปสรรคหลายประการทำให้ไม่สามารถบรรลุได้ตามเป้าหมาย เช่น หน่วยงานภาครัฐยังดำเนินการในลักษณะการสงเคราะห์เฉพาะหน้า ขาดความเข้าใจในหลักการสำคัญที่จะต้องทำให้เกิดการมีส่วนร่วมทางสังคม ขาดการมีส่วนร่วมของชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรม (สุพัตรา ศรีวนิชชากร 2555 : 12) รวมทั้งข้อจำกัดการเข้าร่วมของสมาชิกคือการมีปัญหาด้านสุขภาพและด้านครอบครัว (ชนนิกัณฑ์ ประเสริฐพรรณ 2557 : 8) ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในชมรมผู้สูงอายุไม่ได้รับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตตามที่ด้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้

จากปัญหาและความสำคัญดังกล่าวจึงมีความจำเป็นต้องมีการศึกษาเรื่องการพัฒนาแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดอุบลราชธานี เพื่อให้ได้มาซึ่งรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อันจะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับยุทธศาสตร์และนโยบายประเทศคือการพัฒนาศักยภาพมนุษย์และชุมชนเข้มแข็ง ให้ทุกคนสามารถจัดการความเสี่ยงและสร้างโอกาสในชีวิตให้แก่ตนเอง รวมทั้งส่งเสริมความเข้มแข็งและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันของท้องถิ่นและสังคม และรูปแบบนี้ยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชมรมผู้สูงอายุอื่นที่มีบริบทใกล้เคียงกัน เพื่อผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี

3. เพื่อประเมินรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี

วิธีวิจัย

การวิจัยเรื่องรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี มีวิธีการวิจัยเป็น 3 ระยะตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. ระยะที่ 1 ศึกษาสภาพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ที่เป็นสมาชิกของศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี 26 แห่ง จำนวน 400 คน ประกอบด้วย กลุ่มผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุเข้มแข็ง 5 ชมรม จำนวน 80 คน และกลุ่มผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุทั่วไป 21 ชมรม จำนวน 320 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการนำแบบสอบถามไปให้กลุ่มเป้าหมายตอบ จากนั้นนำไปวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วแปลผลโดยนำไปเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด

2. ระยะที่ 2 การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี เป็นระยะของการพัฒนารูปแบบด้วยการสนทนากลุ่ม กลุ่มเป้าหมาย เลือกแบบเจาะจงจากผู้เชี่ยวชาญที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 14 คน ประกอบด้วย ตัวแทนผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี ผู้นำชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดอุบลราชธานี ตัวแทนผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีชมรมผู้สูงอายุ และนักวิชาการท้องถิ่นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องรูปแบบและการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เครื่องมือที่ใช้คือคือประเด็นที่เกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการจัดสนทนากลุ่มโดยเปิดโอกาสให้กลุ่มเป้าหมายทุกคนมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นในประเด็นที่เกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี และผู้วิจัยบันทึกข้อมูลด้วยอุปกรณ์บันทึกภาพ อุปกรณ์บันทึกเสียง วิเคราะห์ข้อมูล โดยการนำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและสังเคราะห์ผลที่ได้ตามกรอบของเนื้อหา จากนั้นนำร่างรูปแบบฯ ที่ผ่านการพัฒนาไปทดลองใช้โดยการจัดการอบรมผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุอำเภอนาเยีย จังหวัดอุบลราชธานีที่เต็มใจเข้าร่วมการประเมินผลการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบประเมินความรู้ความเข้าใจเรื่องการพึ่งตนเองตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงก่อนการอบรมและหลังการอบรม และแบบประเมินความพึงพอใจในการอบรมซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการให้ผู้อบรมตอบแบบประเมินก่อนและหลังการอบรม และแบบประเมินความพึงพอใจในการอบรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าที่แบบสองกลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test dependent) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนวัดผลก่อนการ

อบรมและหลังการอบรม และใช้สถิติค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วแปรผลโดยนำไปเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด

3. ระยะที่ 3 การประเมินรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี เป็นการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบจากผู้ทรงคุณวุฒิ กลุ่มเป้าหมายคือผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จำนวน 17 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของยุทธศาสตร์เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับเก็บรวบรวมข้อมูลโดยนำเอกสารรูปแบบและการประเมินไปมอบให้ผู้ทรงคุณวุฒิ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วแปรผลโดยนำไปเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระยะตามวิธีวิจัยดังนี้

1. ผลการวิจัยสภาพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี พบว่าคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานีโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($=3.49$) เมื่อพิจารณาในรายด้าน พบว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านการมีที่พักอาศัย และสภาพแวดล้อมที่ดี อยู่ในระดับสูงสุด ($=4.14$) รองลงมาคือคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ($=3.65$) และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจ อยู่ในระดับต่ำสุด ($=2.66$) จากนั้นนำผลการวิจัยที่ได้ร่วมกับแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องไปร่างรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี เพื่อนำไปพัฒนารูปแบบฯ ในระยะที่ 2

2. ผลการพัฒนาแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี พบว่ารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี ประกอบด้วย หลักการ วัตถุประสงค์ การดำเนินการ และเงื่อนไขความสำเร็จ ดังนี้ 1) หลักการของรูปแบบหมายถึง การดำเนินการของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของสมาชิกในชมรม โดยใช้หลักการมีส่วนร่วมที่เน้นการพึ่งตนเองตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งในด้านเศรษฐกิจ ด้านสันติภาพและการทำกิจกรรม ด้านสุขภาพ และด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม 2) วัตถุประสงค์ของรูปแบบได้แก่ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านสันติภาพและการทำกิจกรรม เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านสุขภาพ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม 3) การดำเนินการ ประกอบด้วย 3.1) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ มีการดำเนินการที่ประกอบด้วย การส่งเสริมความรู้เรื่อง “การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง” การส่งเสริมด้านการประกอบอาชีพ

และการสร้างรายได้ของผู้สูงอายุ ได้แก่ การส่งเสริมการทำงานทั้งเต็มเวลาและไม่เต็มเวลาทั้งในระบบและนอกระบบ การฝึกอาชีพและจัดหางานให้เหมาะสมกับวัยและความสามารถ การรวมกลุ่มในชุมชนเพื่อจัดกิจกรรมเสริมรายได้ การเพิ่มมูลค่าผลผลิตทางการเกษตร การส่งเสริมการหาช่องทางการจัดจำหน่ายสินค้า การส่งเสริมการสร้างรายได้เพิ่มเติมจากทรัพย์สินที่มีอยู่ การส่งเสริมการมีความรู้ในการประกอบอาชีพ การส่งเสริมการบริหารจัดการทางการเงินของผู้สูงอายุ และการจัดตั้งกองทุนชมรมผู้สูงอายุ 3.2) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสันทนาการและการทำกิจกรรม มีการดำเนินการที่ประกอบด้วย การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพความเป็นผู้นำของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ การส่งเสริมการทำกิจกรรมกลุ่มด้านการสันทนาการในชมรม การส่งเสริมการทำกิจกรรมอาสาสมัครที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม การส่งเสริมการสร้างเครือข่ายของชมรมผู้สูงอายุ 3.3) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านสุขภาพ มีการดำเนินการที่ประกอบด้วย การส่งเสริมกิจกรรม “เพื่อนช่วยเพื่อน ดูแลและห่วงใย” การส่งเสริมการจัดกิจกรรมเพื่อเชิดชูผู้สูงอายุ การส่งเสริมด้านสุขอนามัยในการจัดที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี การส่งเสริมการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในด้านธรรมะและการฝึกสมาธิ 3.4) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม มีการดำเนินการที่ประกอบด้วย การส่งเสริมด้านการออม การส่งเสริมด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเอง การส่งเสริมกิจกรรม “เยี่ยมเยียนกันที่บ้าน” การส่งเสริมการสร้างแรงจูงใจให้เข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรม การส่งเสริมการมีสัมพันธ์ภาพทางสังคมที่ดีของผู้สูงอายุ การส่งเสริมโอกาสในการศึกษาเรียนรู้ต่อเนื่องตลอดชีวิตและการพัฒนาศักยภาพของตนเอง และการส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองของผู้สูงอายุ 4) เจือนไขความสำเร็จ ได้แก่ สมาชิกต้องมีความสมัครใจในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของชมรมและปฏิบัติตามกฎข้อบังคับอย่างเคร่งครัด ชมรมมีการประสานความร่วมมือกับภาคส่วนต่างๆ ชมรมผู้สูงอายุต้องมีผู้นำที่มีศักยภาพ มีจิตอาสาและรับฟังความคิดเห็นจากสมาชิก และสมาชิกชมรมจะต้องนำความรู้ที่ไปปฏิบัติอย่างเต็มความสามารถ จากนั้นได้นำรูปแบบที่ผ่านการพัฒนาไปทดลองใช้โดยการจัดอบรมและประเมินความรู้ของผู้เข้ารับการอบรมซึ่งเป็นผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุอำเภอณาเยย จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า ผู้เข้ารับการอบรมมีระดับความรู้เรื่องการพึ่งตนเองตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุหลังการอบรม (16.20 คะแนน จาก 20 คะแนน) สูงกว่าก่อนการอบรม (11.80 คะแนน จาก 20 คะแนน) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากนั้นนำองค์ประกอบร่างรูปแบบที่ได้ไปทำเป็นแบบประเมินความเหมาะสมและเป็นไปได้โดยผู้ทรงคุณวุฒิในระยะที่ 3

3. ผลการประเมินรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานีจากทรงคุณวุฒิ พบว่าโดยรวมรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{X} = 4.41$) และมีความเป็นไปได้ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.81$) และเมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบแล้วพบว่าหลักการของรูปแบบมีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{X} = 4.45$) และมีความเป็นไปได้ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.85$) สำหรับ

วัตถุประสงค์ของรูปแบบ พบว่า โดยรวมมีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{X} = 4.43$) และมีความเป็นไปได้ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$) สำหรับการดำเนินการของรูปแบบ พบว่า โดยรวมมีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{X} = 4.33$) และมีความเป็นไปได้ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.80$) และเงื่อนไขความสำเร็จ พบว่า โดยรวมมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.43$) และมีความเป็นไปได้ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.75$)

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาที่มีประเด็นสำคัญที่นำมาอภิปรายผลดังนี้

1. รูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี ประกอบด้วย

1.1 หลักการ พบว่าหมายถึง การดำเนินการของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของสมาชิกในชมรม โดยใช้หลักการมีส่วนร่วมที่เน้นการพึ่งตนเองตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งในด้านเศรษฐกิจ ด้านสันตนาการและการทำกิจกรรมด้านสุขภาพ และด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม เนื่องจากการปฏิบัติใดๆก็ตามที่จะมุ่งผลสำเร็จโดยเฉพาะการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุนั้น จำเป็นต้องอาศัยการพึ่งตนเองและพึ่งพาซึ่งกันและกัน และการปฏิบัตินั้นจะยั่งยืนได้จากการมีส่วนร่วมของภาคส่วนต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยมีหลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นกรอบเพื่อให้มีภูมิคุ้มกันจากกระแสการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น บนพื้นฐานการมีความรู้ควบคู่การมีคุณธรรม ในด้านการมีส่วนร่วมนั้นสอดคล้องกับการศึกษาของไพบุลย์ เจริญวงศ์ (2556 : 75-76) ที่พบว่า การส่งเสริมให้เกิดการมีส่วนร่วมเป็นหนึ่งในปัจจัยแห่งความสำเร็จในการดำเนินงานในการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ บ้านคำโพน ตำบลคำโพน อำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ

1.2 วัตถุประสงค์ พบว่าประกอบด้วย เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจ เนื่องจาก เงินเป็นปัจจัยที่สำคัญมากกับการดำรงชีวิตของผู้คนในยุคปัจจุบัน เป็นสิ่งที่สามารถตอบสนองความต้องการในสิ่งต่างๆ โดยเฉพาะปัจจัย 4 ดังนั้นผู้วิจัยได้ที่มีคนหรือมีฐานะทางเศรษฐกิจที่ดีมักจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามไปด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของ Chen and others (2010 : 61) ที่พบว่าหนึ่งในปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจผู้สูงอายุเพศชายคือ การมีสถานะทางการเงินที่ดี และการศึกษาของดวงดาว เขตรพงษ์ (2555 : 60-63) ที่พบว่าส่วนหนึ่งของแนวทางในการส่งเสริมและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลวงษ์ อำเภอรามพิราม จังหวัดพิษณุโลก คือการส่งเสริมการมีรายได้ของผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านสันตนาการและการทำกิจกรรม เนื่องจากการสันตนาการและการทำกิจกรรมจะทำให้ผู้สูงอายุมีความสดชื่นร่าเริง มีความสุข มีบุคลิกภาพที่ดี เห็นคุณค่าในตนเอง สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี และมีความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ประการต่อมาคือเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านสุขภาพนั้นเนื่องจาก

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีปัญหาด้านสุขภาพร่างกายจากความเสื่อมของอวัยวะต่างทำให้เกิดมีอาการท้อแท้ ไม่มีพลังในการดำรงชีวิต ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตใจ ซึ่งถ้าสามารถส่งเสริมหรือพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้ดีขึ้น ก็จะส่งผลต่อความมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุในที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาของพัชรินทร์ รุจิรานุกุล และ ธันวดี ดอนวิเศษ (2557 : 81-83) ที่พบว่าหนึ่งในองค์ประกอบหลักของแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดจันทบุรีคือการส่งเสริมด้านสุขภาพอนามัยแก่ผู้สูงอายุ และการศึกษาของสมคิด แทวกระโทก (2559 : 66-67) ที่พบว่าส่วนหนึ่งแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลในเขตอำเภोजักราช จังหวัดนครราชสีมาคือด้านสุขภาพอนามัย และเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม เนื่องจากการที่ผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเองได้จะทำให้ผู้สูงอายุได้ใช้ความพยายามในช่วยเหลือตนเอง ใช้ความรู้ความสามารถของตนเองที่มีอยู่แก้ไขปัญหา อุปสรรคต่างๆ ให้สำเร็จด้วยตนเองอย่างมั่นใจ และจะทำให้สามารถริเริ่มและตัดสินใจ ตลอดจนสามารถกำหนดความต้องการที่จะเป็นประโยชน์กับชีวิตได้ด้วยตนเอง และในส่วนของความสัมพันธ์ทางสังคมนั้นจะทำให้ผู้สูงอายุได้สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกกับผู้อื่น เป็นการลดความตึงเครียด เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ช่วยให้เกิดความรู้สึกผูกพันกับบุคคลอื่นมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี

1.3 การดำเนินการ พบว่าประกอบด้วยการดำเนินการหรือกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

1.3.1 เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจ พบว่ามีการดำเนินการในด้านต่างๆ ได้แก่ การส่งเสริมความรู้เรื่อง “การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง” การส่งเสริมด้านการประกอบอาชีพและการสร้างรายได้ของผู้สูงอายุ ได้แก่ การส่งเสริมการทำงานทั้งเต็มเวลาและไม่เต็มเวลาทั้งในระบบและนอกระบบ การฝึกอาชีพและจัดหางานให้เหมาะสมกับวัยและความสามารถ การรวมกลุ่มในชุมชนเพื่อจัดกิจกรรมเสริมรายได้ การเพิ่มมูลค่าผลผลิตทางการเกษตร การส่งเสริมการหาช่องทางทางการจัดจำหน่ายสินค้า การส่งเสริมการสร้างรายได้เพิ่มเติมจากทรัพย์สินที่มีอยู่ การส่งเสริมการมีความรู้ในการประกอบอาชีพ การส่งเสริมการบริหารจัดการทางการเงินของผู้สูงอายุ และการจัดตั้งกองทุนชมรมผู้สูงอายุเพื่อเป็นสวัสดิการแก่สมาชิกในชมรม เนื่องจากกิจกรรมการดำเนินการทั้งหมดของชมรมผู้สูงอายุที่ได้กำหนดขึ้นเป็นไปเพื่อให้ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมมีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ดีขึ้น อีกทั้งยังมีความครอบคลุมเหมาะสม สอดคล้องและมีความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ สอดคล้องกับการศึกษาของพัชรินทร์ รุจิรานุกุล และ ธันวดี ดอนวิเศษ (2557 : 81-83) ที่พบว่าแนวทางหนึ่งในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่พักอาศัยในจังหวัดจันทบุรีด้านเศรษฐกิจคือ การจัดตั้งกลุ่มอาชีพที่ตรงตามความถนัดสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดรายได้มีเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ช่วยเหลือตัวเองในระดับหนึ่งไม่เป็นการแก่ลูกหลานและสังคม และทำให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจในคุณค่าของตัวเองที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ การส่งเสริมอาชีพสำหรับผู้สูงอายุที่สามารถทำได้ที่บ้าน เช่น งานฝีมือที่ไม่ต้องใช้ฝีมือความประณีตมากนัก เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีรายได้สำหรับใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ส่งเสริมให้

ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์ OTOP นำผลิตภัณฑ์จากกลุ่มอาชีพของผู้สูงอายุไปจำหน่ายในตลาดต่างๆ โดยรัฐบาลส่งเสริมด้านงบประมาณ และด้านการตลาด เพื่อให้สินค้าของผู้สูงอายุมีตลาดจำหน่าย และการศึกษาของภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558 : 90-92) ที่พบว่าหนึ่งในแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขตจังหวัดแพร่ด้านการเงินและการงานคือ ส่งเสริมการฝึกอาชีพและจัดหางานที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุตามความถนัด

1.3.2 เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสันทนาการและการทำกิจกรรม พบว่ามีการดำเนินการในด้านต่างๆ ได้แก่ การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพความเป็นผู้นำของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ การส่งเสริมการทำกิจกรรมกลุ่มด้านการสันทนาการในชมรม การส่งเสริมการทำกิจกรรมอาสาสมัครที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและการส่งเสริมการสร้างเครือข่ายของชมรมผู้สูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาของประหยัด พิมพ์ (2556 : 100-104) ที่พบว่าหนึ่งในปัจจัยที่ส่งผลต่อการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตตรวราชการที่ 10 คือด้านการนันทนาการ ได้แก่ กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านสำหรับผู้สูงอายุ กิจกรรมร้องเพลงและเต้นรำสำหรับผู้สูงอายุ การเข้าร่วมกิจกรรมของครอบครัวและชุมชนตามความถนัดและตามความสามารถของแต่ละบุคคล การจัดตั้งและดำเนินงานเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุ และการได้รับโอกาสในกิจกรรมนันทนาการของ และการศึกษาของสมคิด แทวระโทก (2559 : 66-67) ที่พบว่าส่วนหนึ่งในแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลในเขตอำเภอจักราช จังหวัดนครราชสีมาด้านนันทนาการ โดยการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุแสดงความสามารถในการถ่ายทอดวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่น

1.3.3 เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสุขภาพกายและจิตใจ พบว่ามีการดำเนินการในด้านต่างๆ ได้แก่ การส่งเสริมกิจกรรม “เพื่อนช่วยเพื่อน ดูแลและห่วงใย” ที่มีกิจกรรมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการดูแลตนเอง การให้ความรู้ในด้านการดูแลสุขภาพทั้งในด้านอาหาร การออกกำลังกายและการพักผ่อน การส่งเสริมการจัดกิจกรรมเพื่อเชิดชูผู้สูงอายุ การส่งเสริมด้านสุขอนามัยในการจัดที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่ดี การส่งเสริมการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในด้านธรรมะและการฝึกสมาธิ สอดคล้องกับการศึกษาของพระมหาวิชัย ดีบัณฑิต (2557 : 81-83) ที่พบว่าแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนตำบลวังกระแจะ อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรีด้านจิตใจ คือ ร่วมมือกับวัดจัดโครงการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาสอนควบคู่กับหลักการดำเนินชีวิต และสอนการปฏิบัติธรรมนั่งกรรมฐาน และการศึกษาของพัชรินทร์ รุจิรานุกูล และ ธันวดี ดอนวิเศษ (2557 : 81-83) ที่พบว่าแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่พักอาศัยในจังหวัดจันทบุรี ด้านสุขภาพอนามัย ส่วนหนึ่งนั้น ได้แก่ การจัดให้มี อสม. เข้าไปแนะนำให้ความรู้ในเรื่องต่างๆ เช่น การรับประทานอาหารที่เหมาะสม และการออกกำลังกาย

1.3.4 เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองและความสัมพันธ์ทางสังคม พบว่ามีการดำเนินการในด้านต่างๆ ได้แก่ การส่งเสริมด้านการ

ออม การส่งเสริมด้านความสามารถในการพึ่งพาตนเองทั้งในด้านเทคโนโลยี เศรษฐกิจ ทรัพยากร จิตใจและสังคม การส่งเสริมกิจกรรม “เยี่ยมเยียนกันที่บ้าน” การส่งเสริมการสร้างแรงจูงใจให้เข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรม การส่งเสริมการมีสัมพันธภาพทางสังคมที่ดีของผู้สูงอายุกับคนทุกวัยด้วยเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่สำคัญในวันต่างๆ การส่งเสริมโอกาสในการศึกษาเรียนรู้ต่อเนื่องตลอดชีวิต และการพัฒนาศักยภาพของตนเอง และการส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาของนันทิยา ใจเย็น (2557 : 35-36) ที่พบว่าการส่งเสริมสถาบันครอบครัวในการจัดกิจกรรมร่วมกัน เป็นองค์ประกอบหนึ่งของแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่พึงการในพื้นที่ของเทศบาลตำบลท่าไม้ อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี และการศึกษาของพระมหาวิชัย ตีบก้นเงิน (2557 : 81-83) ที่พบว่าแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนตำบลวังกระแจะ อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ได้แก่ การจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว การสร้างโอกาสให้ผู้สูงอายุกับคนในชุมชนมาทำกิจกรรมร่วมกัน วัด โรงเรียน องค์กร หรือสถาบันสำคัญต่าง ๆ ที่อยู่ในชุมชนเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์

2. ผลการประเมินรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี พบว่าจากการประเมินของผู้ทรงคุณวุฒิโดยรวมรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานี มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด และมีความเป็นไปได้ในระดับมาก เนื่องจากในทางทฤษฎีแล้วรูปแบบนี้มีความเหมาะสมทั้งในแง่ของสอดคล้องกับบริบทของจังหวัดและมีความครอบคลุมในหลักการปฏิบัติที่จะทำให้เกิดสัมฤทธิ์ผลในเกือบทุกด้าน จึงได้รับการประเมินว่ามีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด แต่สำหรับในความเป็นไปได้นั้นมีหลายองค์ประกอบของรูปแบบที่แม้ว่าจะดีในแง่ของหลักการแต่ถ้าให้ลงไปรายละเอียดของการปฏิบัติแล้วอาจมีข้อจำกัดหลายประการที่ไม่สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างสมบูรณ์ จึงได้รับการประเมินว่ามีความเป็นไปได้ในแค่ในระดับมาก

ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ควรมีการศึกษารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุบลราชธานีเพิ่มเติมในระยะยาว โดยเฉพาะการประเมินผลที่เกิดขึ้นจากการนำรูปแบบไปทดลองใช้ทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ เพื่อความสมบูรณ์ของงานวิจัยนี้

2. ควรศึกษารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ของพื้นที่อื่นๆ โดยเฉพาะในระดับท้องถิ่น และมีการเปรียบเทียบจุดเหมือนจุดต่าง เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้มาออกแบบรูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในระดับประเทศ

3. ควรศึกษาและจัดทำเป็นยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยชมรมผู้สูงอายุ เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุในระดับท้องถิ่น เพื่อนำยุทธศาสตร์ที่ได้มาจัดทำเป็นแผนงาน

ขับเคลื่อนเพื่อเตรียมการสำหรับสังคมผู้สูงอายุในชนบท ที่มีความพร้อมในด้านต่างๆ น้อยกว่าในเมือง

4. ควรศึกษาเรื่องการพัฒนาตัวชี้วัดการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยชมรมผู้สูงอายุในด้านต่างๆ ที่ครอบคลุมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

5. ควรศึกษาเรื่องการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุในชนบทแบบมีส่วนร่วมตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ในลักษณะของแนวทางหรือรูปแบบ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืนของผู้สูงอายุ

6. ควรศึกษาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการสร้างหรือพัฒนาเครือข่ายของชมรมผู้สูงอายุทั้งในระดับจังหวัด ระดับภูมิภาคและระดับประเทศ หรืออาจรวมถึงระดับนานาชาติ

รายการอ้างอิง

- คนธรส เหล่าประเสริฐ. “สังคมผู้สูงอายุ”. วารสารส่งเสริมการลงทุน ศูนย์บริการลงทุน สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการลงทุน. 27(2559): 9-10.
- เจาะลึกระบบสุขภาพ. สังคมผู้สูงอายุ. (ออนไลน์) 2558. (อ้างเมื่อ 19 มกราคม 2560) จาก <http://www.hfocus.org>:
- ชนนิจพัทธ์ ประเสริฐพรรณ. “กิจกรรมและผลการดำเนินกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุในชุมชนเมือง: กรณีศึกษา”. ราชบัณฑิตยบาลสาร. 20,3(2557) : 388-400.
- ชมพูนุท พรหมภักดี. การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย. กรุงเทพฯ : สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 2556.
- นันทยา ใจเย็น. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่พิการในพื้นที่ของเทศบาลตำบลท่าไม้ อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2557.
- ดวงดาว เขตรพงษ์. การดำเนินการโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลวังฆ้อง อำเภอพรหมพิราม จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2555.
- ประหยัด พิมพา. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. รายงานการวิจัย สำนักงานศึกษาธิการภาค 7 อุดรธานี, 2556.
- พระมหาวิชัย ดิบบัณเงิน. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลวังกระแจะ อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, 2557.
- พัชรินทร์ รุจิรานุกูล และ ธันวดี ตอนวิเศษ. แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดจันทบุรี. รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี, 2557.
- ไพบุลย์ เจริญวงศ์. รูปแบบการดำเนินงานเชิงยุทธศาสตร์ในการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุตามเกณฑ์มาตรฐานคุณภาพชมรมผู้สูงอายุ บ้านคำโพน ตำบลคำโพน อำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ. วิทยานิพนธ์สาธรรณศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2556.

- ภูมิวัฒน์ พรวนสุข. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขต จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์, 2558.
- ฤทธิชัย แกมมาก และสุภัสชา พันเลิศพาณิชย์. “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย”. วารสารวิชาการ และวิจัยสังคมศาสตร์. 11,(2559): 47-62.
- เศรษฐวัฒน์ โชควรรณกุล. นโยบายการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขต จังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยราช ภัฏวไลยอลงกรณ์, 2555.
- สมคิด แทวกระโทก. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลในเขต อำเภอจักราช จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย ราชภัฏวไลยอลงกรณ์, 2559.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2557. กรุงเทพฯ : สำนักงาน สถิติแห่งชาติ, 2557.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. ประชากรและสังคมในอาเซียน : ความท้าทายและโอกาส. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดือนตุลา, 2556.
- สุพัตรา ศรีวณิชชากร. การดูแลผู้สูงอายุแบบบูรณาการในชุมชน. กรุงเทพฯ : บ. ที คิว พี จำกัด, 2555.
- อรรณน น้อยวัฒน์. จุลสารสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพออนไลน์. (ออนไลน์) 2555 (อ้างเมื่อ 20 มกราคม 2560) จาก http://www.stou.ac.th/Schools/Shs/booklet/book55_3/pbhealth.html
- Chen, J. and others. Factors related to well-being among the elderly in urban China focusing on multiple roles. BioScience Trends, 2010.
- World meter. world-population. (Online) 2017 (cite 15 August 2017). Available from: <http://www.worldometers.info/world-population/>.
- Zhang, Tai and others. “Influence of culture, residential segregation and socioeconomic development on rural elderly health-related quality of life in Guangxi, China” Health and Quality of Life Outcomes. 14, (2016): 1-10.