

## องค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร

### Components and Factors Affecting of the Elderly Quality of Life in Chumphon Province

ศุภลักษณ์ ช่วยชูหนู / Supaluck Chuachoonu

ภาควิชาภาควิชาพื้นฐานทั่วไป สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง วิทยาเขตชุมพรเขตรอุดมศักดิ์  
จังหวัดชุมพร / Department of Business and Administration, King Mongkut's Institute of Technology  
Ladkrabang Prince of Chumphon Campus

E-mail: supaluck280322@gmail.com

เพ็ชรารภรณ์ ชัชวาลชาญชานกิจ / Petcharaporn Chatchawanchanchanakij

ภาควิชาภาควิชาพื้นฐานทั่วไป สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง วิทยาเขตชุมพรเขตรอุดมศักดิ์  
จังหวัดชุมพร / Department of Business and Administration, King Mongkut's Institute of Technology  
Ladkrabang Prince of Chumphon Campus

Corresponding author: E-mail: petch2007@hotmail.com

พรรณรัตน์ อารณพิศาล / Pannarat Arpornpisanj

นักวิชาการอิสระ / Independent Scholar

E-mail: panara7979@hotmail.com

#### ประวัติบทความ

ได้รับบทความ 3 พฤษภาคม 2564

แก้ไข 20 พฤษภาคม 2564

ตีพิมพ์ 10 มิถุนายน 2564

#### บทคัดย่อ

การวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร ซึ่งเป็นการวิจัยเอกสาร โดยวิธีการศึกษาข้อมูลจากตำรา เอกสาร บทความ ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดองค์ประกอบและขอบเขตการวิจัยและสร้างเครื่องมือให้ครอบคลุมและเกี่ยวข้องกับงานวิจัยเพื่อให้ได้มาซึ่งกรอบแนวคิดและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่าองค์ประกอบของปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร ได้แก่ ปัจจัยการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย ด้านการตัดสินใจ ด้านการดำเนินกิจกรรม ด้านการรับผลประโยชน์ ด้านการกำกับ ติดตาม และประเมินผล แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ ด้านเงื่อนไขคุณธรรม และคุณภาพชีวิต คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร ประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม โดยการวิเคราะห์กรอบแนวคิดตามหลักทฤษฎีการมีส่วนร่วม แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง และทฤษฎีคุณภาพชีวิต

**คำสำคัญ:** การมีส่วนร่วม, เศรษฐกิจพอเพียง, คุณภาพชีวิต

## Abstract

The research were Analysis of components and factors affecting of the elderly quality of life in Chumphon in Chumphon Province. This research was documentary research, information from textbooks, documents, articles, concepts, theories and related research to determine the composition And research scope and create tools that are comprehensive and relevant to research in order to obtain conceptual frameworks and related factors. The results of the study found that the causal factors influencing the quality of life of the elderly in Chumphon Province such as factors of participation consisted of decision-making Activities Receiving benefits, monitoring and evaluation. The concept of sufficiency economy philosophy consists of moderation. Rationality Good immunity Knowledge conditions Moral conditions. And quality of life the quality of life of the elderly in Chumphon province consists of physical, mental, social relationships. Environment By analyzing the conceptual framework of participation theory. Concept of sufficiency economy and the theory of quality of life

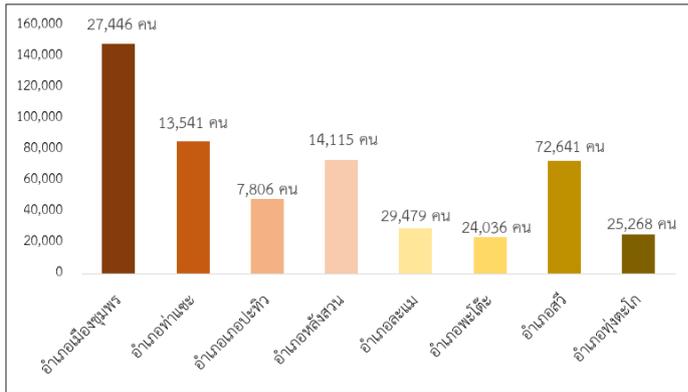
**Keywords:** Participation, Sufficiency Economy, Quality Of Life

## บทนำ

สภาพสังคมและการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรจากอดีตถึงปัจจุบันมีแนวโน้มของการเปลี่ยนเข้าสู่ภาวะสังคมผู้สูงอายุ เป็นประเด็นที่หลายประเทศทั่วโลกให้ความสำคัญจนนำมาสู่การออกมาตรการ และนโยบายต่างๆ เพื่อเตรียมรองรับกับภาวะดังกล่าว ในอีก 35 ปีข้างหน้าการที่หลายประเทศทั่วโลกต้องเผชิญกับภาวะสังคมผู้สูงอายุโดยมีสาเหตุมาจากหลายประการ อาทิ อัตราการเกิดต่ำลง (Fertility rate) อายุเฉลี่ยเมื่อแรกเกิด (Life expectancy) มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น และผลของยุค Baby boomer ส่งผลให้ Dependency ratio หรือสัดส่วนจำนวนผู้สูงอายุต่อจำนวนประชากรวัยแรงงาน เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดความท้าทายจากการก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุมากขึ้น ซึ่งผู้สูงอายุจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีในด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม และสภาพแวดล้อม ก็จะขึ้นกับวิถีการดำเนินชีวิต การเติบโตของประชากรผู้สูงอายุจึงเป็นปรากฏการณ์ที่มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชากรทั่วโลกอยู่ในปัจจุบัน และในอนาคตข้างหน้าปัจจุบัน จำนวนประชากรผู้สูงอายุของโลกสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยจำนวนประชากรผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป การเข้าสู่สังคมสูงอายุส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศ และการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศไทยในระยะยาว ทั้งประเด็นงบประมาณ เศรษฐกิจ และคุณภาพชีวิตของประชาชนโดยรวมด้านงบประมาณของภาครัฐ ปัจจุบันภาครัฐใช้งบประมาณดูแลผู้สูงอายุเป็นจำนวนมาก ทั้งงบประมาณสำหรับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ และงบประมาณด้านสุขภาพ โดยมีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นทุกปี ตามสัดส่วนของผู้สูงอายุ ซึ่งมีประเด็นในปัจจุบันหลายด้านที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตผู้สูงอายุทุกประเทศทั่วโลกมีความปรารถนาให้คนในชาติมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่ง Friedman (1986) กล่าวว่า ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีจะแวดล้อมไปด้วยสมาชิกของครอบครัวที่อบอุ่นด้านภาครัฐเติมเต็มชีวิตให้กับผู้สูงอายุด้วยสวัสดิการที่เหมาะสม รวดเร็ว เพียงพอ และตรงกับความต้องการอย่างแท้จริง

สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุนั้นสามารถนำแนวคิดเศรษฐกิจเข้ามามีส่วนร่วมได้ โดยโดยยึดแนวพระราชดำรัสเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นการสร้างความแข็งแกร่งของชุมชน และเสริมสร้างศักยภาพของชุมชนในการอยู่ร่วมกันกับทรัพยากร และธรรมชาติอย่างสันติสุขและเกื้อกูล การน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้จะช่วยแก้ไขวิกฤติทางเศรษฐกิจ และปัญหาของสังคมไทยได้อย่างยั่งยืน เนื่องจาก 1) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นหลักการที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” ด้วยการอุปโภคบริโภคในครัวเรือนอย่างพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อ และใช้อย่างคุ้มค่า หรือหากมีการปลูกพืชผลก็ให้เพียงพอกับความต้องการบริโภคครัวเรือนเป็นอันดับแรก เมื่อเหลือจากการบริโภคจึงมาเป็นการผลิตเพื่อการค้า 2) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นให้มีการรวมกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ตามความถนัด ทั้งในและนอกภาคการเกษตร เช่น ผลิตภัณฑ์หัตถกรรม การแปรรูป

อาหาร การค้าขาย และการท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์ เพื่อเป็นการสร้างงาน สร้างรายได้ และช่วยให้เกิดการกระจาย รายได้ อย่างทั่วถึง 3) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเมตตา ความเอื้ออาทร และความสามัคคีของ คนในชุมชน ในการร่วมแรงร่วมใจเพื่อสร้างความมั่นคงให้กับสถาบันครอบครัว สถาบันชุมชน และสังคมโดยรวม ตลอดจนการธำรงรักษาไว้ซึ่งขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงามของไทยให้คงอยู่สืบไป (สำนักงานปลัดกระทรวง มหาดไทย, 2560) ดังนั้นเศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุก ะดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน ระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนา และบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง จังหวัดชุมพรถือเป็นจังหวัดประตูสู่ภาคใต้



ภาพที่ 1 แผนภาพแสดงจำนวนผู้สูงอายุในแต่ละอำเภอของจังหวัดชุมพร  
ที่มา: สำนักงานสถิติจังหวัดชุมพร (2563)

จากภาพที่ 1 ข้อมูลจำนวนผู้สูงอายุในแต่ละอำเภอของจังหวัดชุมพรปี 2563 ซึ่งข้อมูลจากสำนักงานสถิติจังหวัดชุมพร, 2563 พบว่าจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นมากถึง 214,332 คน เมื่อเปรียบเทียบกับสัดส่วนจำนวนประชากรทั้งหมด คิดเป็น 41.07% ปัจจุบันมีทั้งหมด 162,787 คน โดยเป็นคนวัยเกษียณ 86,672 คน เมื่อทำการคำนวณอัตราการ เจริญเติบโตของประชากรเพื่อประมาณการจำนวนประชากรในอนาคตอีก 20 ปีข้างหน้าโดยใช้ ปี พ.ศ. 2560 เป็นปี ฐาน พบว่า ประชากรในจังหวัดชุมพรมีอัตราการเจริญเติบโตเฉลี่ยร้อยละ 10.91 ซึ่งมีผลทำให้ในอีก 20 ปีข้างหน้า (พ.ศ. 2580) จำนวนประชากรจะเพิ่มขึ้นเป็น 572,067 โดยในปี พ.ศ. 2562 จังหวัดชุมพรมีจำนวนประชากรทั้งหมด 511,304 คน จากข้อมูลและประเด็นต่างๆ เกี่ยวกับแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ การใช้จ่ายงบประมาณเกี่ยวกับการ ดูแลสุขภาพ ด้านสาธารณสุข ในปัจจุบันมีชมรมผู้สูงอายุอยู่ 113 ชมรม มีสมาชิกในชมรม 46,064 คน ประกอบกับ จังหวัดชุมพรมีตำบลต้นแบบด้านการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุระยะยาว (Long Term Care: LTC) คือ ตำบลทะเล ทรัพย์ อำเภอปะทิว ถือได้ว่าประสบความสำเร็จในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอีกกิจกรรมหนึ่ง การพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้มีการนำพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นการสร้างความแข็งแกร่งของชุมชนและเสริมสร้างศักยภาพของชุมชนในการอยู่ร่วมกันกับทรัพยากร และธรรมชาติ อย่างสันติสุขและเกื้อกูล การน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้จะช่วยแก้ไขวิกฤติทางเศรษฐกิจ และปัญหา ของสังคมไทยได้อย่างยั่งยืน ซึ่งเป็นประเด็นสำคัญของ 1) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นหลักการที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” ด้วยการอุปโภคบริโภคในครัวเรือนอย่างพอเพียง ไม่ฟุ่มเฟือย และใช้อย่างคุ้มค่า หรือหากมีการปลูก พืชผลก็ให้เพียงพอกับความต้องการบริโภคครัวเรือนเป็นอันดับแรก เมื่อเหลือจากการบริโภคจึงมาเป็นการผลิตเพื่อ การค้า 2) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นให้มีการรวมกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ตามความถนัด ทั้งในและนอก ภาคการเกษตร เช่น ผลิตภัณฑ์ที่ตัดกรรม การแปรรูปอาหาร การค้าขาย และการท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์ เพื่อเป็นการ สร้างงาน สร้างรายได้ และช่วยให้เกิดการกระจาย รายได้อย่างทั่วถึง 3) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงตั้งอยู่บนพื้นฐาน ของความเมตตา ความเอื้ออาทร และความสามัคคีของคนในชุมชน ในการร่วมแรงร่วมใจเพื่อสร้างความมั่นคงให้กับ

สถาบันครอบครัว สถาบันชุมชนและสังคมโดยรวม ตลอดจนการธำรงรักษาไว้ซึ่งขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงามของ ไทยให้คงอยู่สืบไป (สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย, 2560) ดังนั้นเศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนา และบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง

จากความเป็นมาและความสำคัญผู้วิจัยให้ความสนใจของปัจเจกบุคคลและลักษณะของปัจจัยที่เกี่ยวข้องของการพัฒนา คุณภาพชีวิตเพื่อได้นำข้อมูลมาใช้ในการบริหารจัดการและวางแนวทางการกำหนดนโยบายเพื่อรองรับการเข้าสู่สังคม ผู้สูงอายุต่อไป และด้วยกระบวนการและการศึกษาดังกล่าวในทางสถิติและกระบวนการวิจัยที่เป็นแนวทางในการศึกษา ยังไม่มีใครดำเนินการศึกษาในมุมนี้จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจและศึกษาโดยมีวัตถุประสงค์การวิจัย 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหา ของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร 2) เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร

### การทบทวนวรรณกรรม

การศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและนำเสนอกรอบแนวคิดและสมมติฐานการวิจัย ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวน วรรณกรรมครอบคลุมประกอบด้วยแนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง แนวคิดการมีส่วนร่วม ทฤษฎี คุณภาพชีวิต

**แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ** จากข้อมูลขององค์การอนามัยโลกและพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ว่า ผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป และกำหนดช่วงที่ผู้สูงอายุที่มีโอกาสเริ่มได้รับสิทธิต่างๆ จากทางราชการ ด้วย เช่น การอายุเกษียณของข้าราชการหรืออายุที่เริ่มได้รับเบี้ยยังชีพ เป็นต้น บางครั้งมีความแตกต่างกันไปในแต่ละ ประเทศ และประเทศที่พัฒนาแล้วส่วนใหญ่กำหนดความหมายของผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป แต่ยังมี นักวิชาการหลายท่านได้ให้รายละเอียดเพิ่มเติมว่าในช่วงอายุของผู้สูงอายุนั้นมีความแตกต่างกันตามสภาพร่างกาย และจิตใจจึงแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุได้ เช่นเดียวกับพัชรี เขียวสะอาด (2550) และโสภภาพรรณ รัตนัย (2555) ศึกษาลักษณะ ของผู้สูงอายุ และพบว่าสามารถแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุออกได้เป็น 3 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุตอนต้น อายุ 60-69 ปี มีสุขภาพกาย และจิตสังคมค่อนข้างดี ผู้สูงอายุตอนกลางอายุ 70-79 ปี เริ่มพบความเสื่อมถอยทางร่างกาย และจิตสังคม และผู้สูงอายุ ตอนกลางอายุ 80 ปี ขึ้นไป พบว่า ภาวะเสื่อมถอยปรากฏชัดเจน

**แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง** นำกระแสพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเกี่ยวกับ “เศรษฐกิจ พอเพียง แปลว่า Sufficiency economy คำว่า Sufficiency economy ถือได้ว่าเป็นทฤษฎีใหม่ Sufficiency economy ซึ่งเป็นการให้ความหมายในมุมมองของความคิดใหม่สามารถที่จะไปปรับปรุงหรือไปใช้หลักการเพื่อที่จะให้เศรษฐกิจของ ประเทศและโลกพัฒนาดีขึ้น จากกระแสพระราชดำรัสพระองค์ย้าเตือนให้พสกนิกรของพระองค์มีจิตสำนึกใน การดำรงชีวิตอย่างมีสติ ตั้งอยู่บนเหตุ และผลมีความพอประมาณในความต้องการ ไม่โลภ ไม่เบียดเบียนตนเองและ ผู้อื่น รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจาก การเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอก และภายใน ทั้งนี้ต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งใน การนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐาน จิตใจของคนในชาติโดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์ สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้ สมดุล และพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และ วัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี เช่นเดียวกับสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2548) และสุเมธ ตันติเวชกุล (2555) และสำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน (2554) ได้กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียง คือการอยู่ได้โดยไม่ต้องเดือดร้อน โดยต้องสร้างพื้นฐานเศรษฐกิจของตนเองให้ดี แนวทางการดำรงอยู่ และปฏิบัติตนของ ประชาชนในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึง ระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนา และบริหารประเทศให้ดำเนิน

ไปในทางสายกลาง การดำเนินงานกิจกรรมต่างๆ โดยให้เกิดความประหยัด และคุ้มค่า อยู่ภายใต้หลักองค์ประกอบ 3 ประการ คือ ความพอประมาณ การมีเหตุผล กล่าวโดยสรุปได้ว่า “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” หมายถึง การดำรงอยู่ และปฏิบัติตนของประชาชน ในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนา และบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง ก่อให้เกิดความสมดุล และพัฒนาคนในชุมชนทั้งด้าน เศรษฐกิจ และสังคมควบคู่ไปกับการรักษาวัฒนธรรมชุมชน หลักเสียงที่จะฟังปัจจัยต่างๆ ที่เราไม่ได้เป็นเจ้าของโดย เน้นพัฒนาจิตใจให้พึ่งตนเอง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่สังคมช่วยเหลือกัน ใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างคุ้มค่า และยั่งยืน ใช้ภูมิ ปัญญาชาวบ้านและเทคโนโลยีที่เหมาะสมและเน้นการลดรายจ่ายมากกว่าการเน้นขาย โดยมีองค์ประกอบเศรษฐกิจพอเพียง ที่ประกอบด้วยหลักการ 3 ประการคือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันที่ดี และอีก 2 ห่วง คือ เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม

**แนวคิดการมีส่วนร่วม** ซึ่งองค์ประกอบของการมีส่วนร่วมของประชาชนในทฤษฎีของนักวิชาการต่างๆ จะเห็นว่า มีทั้งคล้ายคลึง และแตกต่างกันโดย Cohen & Uphoff (1977) ได้อธิบาย และวิเคราะห์รูปแบบการมีส่วนร่วม โดย สามารถแบ่งออกเป็น 4 รูปแบบ คือ 1) การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ (Decision Making) ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ริเริ่ม ตัดสินใจ ดำเนินการตัดสินใจ และตัดสินใจลงมือปฏิบัติการ 2) การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติการ (Implementation) ประกอบไปด้วยการสนับสนุน ทางด้านทรัพยากร การเข้าร่วมในการบริหาร และการประสานขอความร่วมมือ 3) การมีส่วนร่วมในผลประโยชน์ (Benefits) ทางด้านต่างๆ ประกอบไปด้วย ผลประโยชน์ทางด้านวัสดุ ผลประโยชน์ทางสังคม และผลประโยชน์ส่วนบุคคล 4) การมีส่วนร่วมในการประเมินผล เป็นการมีส่วนร่วมในการวัดผล และวิเคราะห์ผลของการดำเนินงาน รวมทั้งเป็นการหาข้อดี และข้อบกพร่อง เพื่อหาแนวทางแก้ไขการทำงานให้มีประสิทธิภาพต่อไป

**ทฤษฎีคุณภาพชีวิต** โดย The WHOQOL group (1994) ได้กล่าวว่า เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตประกอบด้วยข้อคำถาม 2 ชนิด คือ แบบภาวะวิสัย (Perceived objective) และอัตวิสัย (Self-Report Subjective) จะประกอบด้วยองค์ประกอบ ของคุณภาพชีวิต 4 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านร่างกาย (Physical Domain) คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมี ผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบาย ไม่มีความ เจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้ 2) ด้านจิตใจ (Psychological Domain) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของ ตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึก ภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจ และความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่างๆ ของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับ ความเครียดหรือกังวล การรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อต่างๆ ของตนที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ถึงความเชื่อด้าน วิทยาศาสตร์ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่ออื่นๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิต มีผลต่อการ เอาชนะอุปสรรค เป็นต้น 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social Relationships) คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ ของ ตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าจะตนได้เป็น ผู้ให้ความช่วยเหลือ บุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศ หรือการมีเพศสัมพันธ์ 4) ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่าจะตนมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูก กักขัง มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต การรับรู้ว่าจะตนได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดีปราศจากมลพิษต่างๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่ง ประโยชน์ด้านการเงิน สถานบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ว่าจะตนมี โอกาสที่จะได้รับ ข่าวสาร หรือฝึกฝนทักษะต่างๆ การรับรู้ว่าจะตนได้มีกิจกรรมสันทนาการ และมีกิจกรรมในเวลาว่าง เป็นต้น

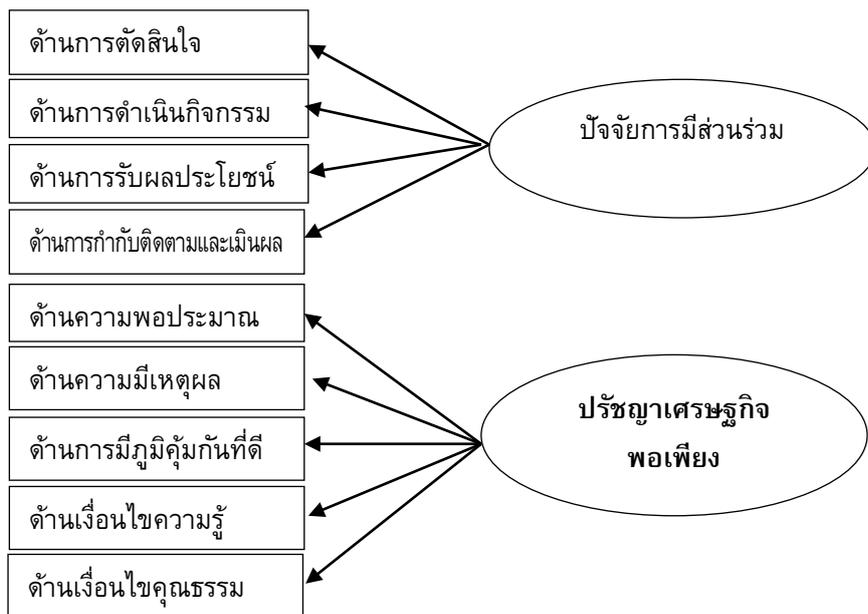
## วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร โดยมี ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (documentary research) การศึกษาทบทวนวรรณกรรม

และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (Literature Review) จากตำรา เอกสาร บทความ แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยจะได้องค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร และความหมายเชิงทฤษฎี (Theoretical Definition) ของแต่ละองค์ประกอบ และการวิเคราะห์และสรุปผล (Analysis and Conclusion)

### ผลการศึกษาและการวิจารณ์

จากการดำเนินการวิจัยทั้งในการศึกษาการวิจัยเอกสาร (documentary research) การศึกษาทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (Literature Review) จากตำรา เอกสาร บทความ แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยจะได้องค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร โดยได้กรอบแนวคิดดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 กรอบแนวคิดของการวิจัย

จากความหมายเชิงทฤษฎี (Theoretical Definition) ของแต่ละองค์ประกอบรวมถึงการวิเคราะห์และสรุปผล (Analysis and Conclusion) ทำให้ทราบถึงความหมายเชิงปฏิบัติการ (Operational Definition) ของปัจจัยหลัก จึงสามารถระบุรายละเอียดขององค์ประกอบย่อยได้ดังต่อไปนี้

1) ปัจจัยการมีส่วนร่วม ในบริบทของการเป็นสังคมผู้สูงอายุหมายถึงการที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรเข้ามามีส่วนร่วมเกี่ยวข้อง ร่วมมือ ร่วมรับผิดชอบ ในกิจกรรมการพัฒนาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมในขั้นตอนต่างๆ ของการดำเนินกิจกรรมนั้น โดยมีกลุ่มหรือองค์กรรองรับบุคคลที่เข้ามามีส่วนร่วมการพัฒนาภูมิปัญญา การรับรู้ สามารถคิดวิเคราะห์และตัดสินใจเพื่อกำหนดการดำเนินชีวิตได้ด้วยตนเอง

1.1) ด้านการตัดสินใจ คือ การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรเข้ามามีส่วนร่วมในการตัดสินใจเลือกกิจกรรม การรับรู้ และรับฟังการกำหนดการวางแผน การเลือกผู้นำ การกำหนดเกณฑ์ต่างๆ ในการพัฒนาชุมชน

1.2) ด้านการดำเนินกิจกรรม คือการที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรได้เข้ามาดำเนินงานตามโครงการ และเป็นการก่อให้เกิดความรู้สึกร่วมในการเป็นเจ้าของกิจกรรม และผลงานที่ปรากฏแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ การมีส่วนร่วมในการสละทรัพยากร การมีส่วนร่วมในการบริหาร และการประสานงาน และการมีส่วนร่วมในการเข้าเป็นผู้ปฏิบัติในโครงการ

1.3) ด้านการรับผลประโยชน์ คือ การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรมีส่วนร่วมรับผลประโยชน์ด้านวัตถุ การมีส่วนร่วมรับผลประโยชน์ในด้านสังคม และการมีส่วนร่วมรับผลประโยชน์ในด้านบุคคล

- 1.4) ด้านการกำกับติดตามและประเมินผล คือ การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรมีส่วนร่วมในการวัดผล และวิเคราะห์ผลของการดำเนินงานรวมทั้งเป็นการค้นหาข้อดี และข้อบกพร่อง เพื่อหาแนวทางแก้ไขการทำงานให้มีประสิทธิภาพต่อไป
- 2) ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึงแนวคิดและปรัชญาเกี่ยวกับแนวทางในการบริหารจัดการเพื่อการดำรง คุณภาพชีวิตและปฏิบัติตนของประชาชนในทุกๆระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและการบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลางโดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ
- 2.1) ด้านความพอประมาณ หมายถึง การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรมีความพอดีที่ไม่น้อยเกินไป และไม่มากเกินไปโดยไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น ดำเนินชีวิตบนพื้นฐานความพอประมาณ ได้แก่ เรียบง่ายประหยัด การทำการอะไรที่พอเหมาะพอควร สมดุลกับอัตภาพศักยภาพของตน และสภาวะแวดล้อม
- 2.2) ด้านความมีเหตุผล หมายถึง การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรมีการตัดสินใจใช้จ่ายเป็นไปอย่างมีเหตุผล และรอบคอบมีการพิจารณาสาเหตุของการใช้จ่าย โดยใช้เหตุผล และปัจจัยต่างๆ เช่น ภาวะเศรษฐกิจ และความจำเป็นก่อนการตัดสินใจใช้จ่ายทุกครั้ง รวมทั้งพิจารณาในเรื่องคุณภาพ ราคา และคุณภาพของสินค้าอุปโภคบริโภคให้เหมาะสมกับรายได้
- 2.3) ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี หมายถึง การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรมีการเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบ และการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น ไม่ประมาท มีการออมทรัพย์และมีทุนทางสังคมที่เข้มแข็งรวมทั้งมีทางเลือกพร้อมรับการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล
- 2.4) ด้านเงื่อนไขความรู้ การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรมีความรู้เกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และติดตามข่าวสารเกี่ยวกับสภาวะเศรษฐกิจสามารถนำมาใช้ในการปฏิบัติงาน และการดำเนินชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี รวมทั้งมีการหาความรู้เพิ่มเติมในเรื่องที่เกี่ยวข้องอย่างสม่ำเสมอเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ และพัฒนาการทำงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
- 2.5) ด้านเงื่อนไขคุณธรรม หมายถึง การที่ผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพรมีเสริมสร้างคุณธรรมให้เกิดมีในตนเองประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความอดทน พากเพียรสำนึกรับผิดชอบ และใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

**ตารางที่ 1 สรุปปัจจัย**

กลุ่มปัจจัย	องค์ประกอบย่อย	ที่มา
ปัจจัยการมีส่วนร่วม	ด้านการตัดสินใจ	Cohen & Uphoff (1980), WHO and UNICEF (1978), Fornaroff (1980), อนุชิต โมพันธ์ (2560), สมบัติ นามบุรี (2562), ญาณิศา มุลคา (2560)
	ด้านการดำเนินกิจกรรม	
	ด้านการรับผลประโยชน์	
	ด้านการกำกับติดตามและประเมินผล	
ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	ด้านความพอประมาณ	สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2548), สุเมธ ตันติเวชกุล (2555), ศุภวัฒน์ เสาเงิน (2560)
	ด้านความมีเหตุผล	
	ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	
	ด้านเงื่อนไขความรู้	
	ด้านเงื่อนไขคุณธรรม	

## อภิปรายผล

จากการศึกษาองค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร ต้องคำนึงถึงปัจจัยทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยการมีส่วนร่วม และแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งในการนำปัจจัยเหล่านี้มาประยุกต์ใช้จะก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยปัจจัยทั้ง 2 มีตัวชี้วัดที่ควรให้ความสำคัญดังต่อไปนี้

1) ปัจจัยการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย ด้านการตัดสินใจ ด้านการดำเนินกิจกรรม ด้านการรับผลประโยชน์ และด้านการกำกับติดตามและประเมินผล โดยกระบวนการและแนวทางดังกล่าวทำให้เกิดการสร้าง ความเข้มแข็ง การรับรู้และการปฏิบัติเพื่อให้เกิดการพัฒนาการสร้างความเข้าใจในการนำนโยบาย รูปแบบการบริหารจัดการที่เหมาะสมและตรงกับความ ต้องการของชุมชนและความคาดหวังของสมาชิกในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องของ Cohen & Uphoff (1980) ที่การมีส่วนร่วมของประชาชนในขั้นการตัดสินใจมีความสำคัญมากสาเหตุว่าการตัดสินใจจะส่งผลต่อการปฏิบัติการ และการปฏิบัติการจึงมีผลต่อไปยังการรับผลประโยชน์ และการประเมินผลในขณะเดียวกัน เพราะฉะนั้นการตัดสินใจจะมีผลโดยตรงต่อการรับผลประโยชน์ และการประเมินผลด้วย

2) แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และด้านเงื่อนไขคุณธรรม เป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญในการกำหนดรูปแบบการบริการและ ประสิทธิภาพที่เกิดขึ้น สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2548) และ สุขเมธ ตันติเวชกุล (2555) ที่กล่าวว่า การพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบ ใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอก และภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความ ระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน

## ข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ประกอบและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร โดยมี ขั้นตอนระเบียบวิธีวิจัย ประกอบด้วย การศึกษาทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (Literature Review) จากตำรา เอกสาร บทความ แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และและ ความหมายเชิงทฤษฎี (Theoretical Definition) ของ แต่ละองค์ประกอบ และการวิเคราะห์และสรุปผล (Analysis and Conclusion) ซึ่งผู้วิจัยสามารถสรุปองค์ประกอบและ ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร แบ่งออกเป็น 2 ปัจจัยหลัก และ 9 องค์ประกอบย่อย อย่างไรก็ตามมององค์ประกอบเหล่านี้ จึงเป็นแนวทางในการนำไปใช้ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดชุมพร เพื่อให้เกิดการส่งเสริมพัฒนา และใช้ประโยชน์ในการบริหารจัดการต่อไป สำหรับงานวิจัยในครั้งต่อไปขอเสนอแนะให้มีการ เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของชุมชนหรือในช่วงของวัยอื่น เพื่อให้ทราบความคิดเห็นที่แตกต่างต่อไป

## เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2563). สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย 77 ณ.วันที่ 31 ธันวาคม 2562. สืบค้นจาก <http://www.dop.go.th/th/known/1/275>.

กรมสุขภาพจิต. (2552). แผนยุทธศาสตร์กรมสุขภาพจิต ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10. (2550-2554). กรุงเทพมหานคร: บริษัท ละม่อน จำกัด.

กัลยา วานิชย์บัญชา. (2550). การวิเคราะห์สถิติ: สถิติสำหรับบริหารและวิจัย. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2561). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย. สืบค้นจาก <http://www.dop.go.th/download/known-e/th1512367202-108-O.pdf>.

สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย. (2560). การน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต. กรุงเทพมหานคร: บริษัท แดเน็กซ์ อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น จำกัด.

- Cohen, J., & Uphoff, N. (1980). *Effective Behavior in Organizations*. New York: Richard D. Irwin Inc.
- Cohen, J., & Uphoff, N. (1977). *Rural Participation: Concepts and Measures for Project Design, Implementation and Evaluation*. New York: The Rural Development Committee Center for International Studies, Cornell University.
- Tantivejkul, S. (2012). *Sufficiency economy: The beginning of the sufficiency economy concept*. Bangkok: Bangkok Printing House.
- WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403-1409.
- World Health Organization. (1999). *Definition, Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus and its Complications*. Geneva: World Health Organization.