



ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ อย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอกีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย

เอกศิลา ปานศรี¹

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวางเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอกีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย กลุ่มตัวอย่างได้แก่ประชาชนที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี จำนวน 325 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามความรู้ ใช้ค่า KR20 0.80 แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม ทักษะและการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค มีค่าความเชื่อมั่น 0.84, 0.82 และ 0.86 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด และการวิเคราะห์ถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ ด้วยวิธีการคัดเลือกตัวแบบแบบขั้นตอน

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 68.0 มีอายุเฉลี่ย 55.01 ± 2.49 ปี มีแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 95.1 มีความรู้อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 100.0 มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 88.9 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ($p < 0.001$, $\beta = 0.440$) แรงสนับสนุนทางสังคม ($p < 0.001$, $\beta = 0.402$) และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ($p=0.024$, $\beta = 0.096$) โดยสามารถร่วมกันทำนายการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ได้ร้อยละ 45.2 การศึกษานี้ควรนำไปใช้ในการจัดโครงการอบรมการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ: การเตรียมความพร้อม, ผู้สูงวัยอย่างมีคุณภาพ, ประชาชน

¹ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ่งหลวง E-mail : ssokms203@gmail.com

Factors Influencing the Preparation for Quality Aging Among the Population in Thung Luang Sub-district, Khiri Mat District, Sukhothai Province.

Akesila Pansree¹

Abstract

A Cross-sectional Descriptive Research to Study Factors Influencing Quality Aging Preparation among People in Thung Luang Subdistrict, Khiri Mat District, Sukhothai Province. The sample consisted of 325 people aged 50-59 years. The research instruments were knowledge questionnaires with KR20 of 0.80, and questionnaires on social support, attitudes, and preparation for aging with Cronbach's alpha reliability coefficients of 0.84, 0.82, and 0.86 respectively. Statistics used for data analysis included frequency, percentage, mean, standard deviation, median, maximum, minimum, and stepwise multiple linear regression analysis.

The results showed that the majority of samples were female (68.0%), with a mean age of 55.01 ± 2.49 years. Social support was at a high level (95.1%), knowledge was at a high level (100.0%), and preparation for aging was at a high level (88.9%). Factors significantly influencing preparation for aging were knowledge about aging preparation ($p < 0.001$, $\beta = 0.440$), social support ($p < 0.001$, $\beta = 0.402$), and attitudes toward aging preparation ($p=0.024$, $\beta = 0.096$). These factors together could predict quality aging preparation among people by 45.2%. This study should be applied to organize continuous training programs for aging preparation.

Keyword : Preparation, Quality Aging, People

¹Public Health Technical Officer (PROFESSIONAL Level), Thung Luang Sub-district Health Promoting Hospital E-mail : ssokms203@gmail.com

บทนำ

ปัจจุบันประเทศทั่วโลกต่างกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ สำหรับประเทศไทยได้เตรียมการจะเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ที่คาดว่าจะเห็นชัดเจนตั้งแต่ปีพ.ศ. 2568 เป็นต้นไป ดังนั้น รัฐบาลจึงจะต้องเตรียมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้น ในช่วงแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 13 การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของโครงสร้างประชากร โดยเฉพาะการลดลงของภาวะเจริญพันธุ์อย่างรวดเร็ว บ่งชี้ว่าจำนวนเด็กเกิดในแต่ละปีลดลงอย่างต่อเนื่องส่งผลกระทบต่อจำนวนวัยแรงงานที่จะให้การดูแลผู้สูงอายุรุ่นต่อ ๆ ไปในอนาคตมีแนวโน้มลดลงเป็นลำดับต่อเนื่องเช่นเดียวกันซึ่งหน่วยงานต่าง ๆ คาดประมาณว่าในปี 2573 สถานการณ์จะยิ่งรุนแรงขึ้นโดยสตรีสูงอายุกว่าร้อยละ 60 จะมีบุตรที่มีชีวิตเพียง 2 คน หรือน้อยกว่าและจากการศึกษาวิจัยต่าง ๆ ยังพบด้วยว่า ผู้สูงอายุมีแนวโน้มเป็นโสดและไม่มีบุตร หรือมีบุตรแต่ไม่ได้อาศัยอยู่กับบุตร ซึ่งมักจะเกิดจากการที่บุตรหลานย้ายถิ่นไปทำงานหรือไปตั้งหลักแหล่งที่อื่นจากสถานการณ์และปัจจัยต่าง ๆ ข้างต้นจึงพบว่าอัตราส่วนพึ่งพิงวัยสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยอัตราส่วนพึ่งพิงวัยสูงอายุ ปี 2560 ร้อยละ 25.3 ในปี 2564 เพิ่มขึ้นเป็น 30.5 ในขณะที่ อัตราส่วนเกือหนุนลดลงจากร้อยละ 3.9 ในปี 2560 เป็นร้อยละ 3.3 ในปี 2564 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2564) ดังนั้นผู้สูงอายุจึงมีแนวโน้มจะต้องดูแลตนเองมากขึ้น

การเข้าสู่วัยสูงอายุเป็นช่วงเวลาที่สำคัญในชีวิตซึ่งต้องการการเตรียมความพร้อมที่ดีเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพได้อย่างยั่งยืน เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางประชากรศาสตร์และสังคมที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน สถานการณ์ของประชากรสูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยสถิติขององค์การอนามัยโลก (WHO) รายงานว่า ประชากรสูงอายุ (ผู้มีอายุ 60 ปีขึ้นไป) จะเพิ่มขึ้นจาก 1.1 พันล้านคนในปี 2019 เป็น 2.1 พันล้านคนภายในปี 2050 (WHO, 2021) สถานการณ์การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในจังหวัดสุโขทัย ในปี 2563-2567 พบว่า มีร้อยละของผู้สูงอายุ คือ ร้อยละ 24.37, 25.20, 25.89, 27.24 และ 28.99 ตามลำดับ สถานการณ์การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย ในปี 2563-2567 พบว่า มีร้อยละของผู้สูงอายุ คือ ร้อยละ 23.6 24.2 24.8 26.3 และ 27.7 ตามลำดับ (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอคีรีมาศ, 2567) แสดงให้เห็นถึงการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว แนวโน้มนี้สะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการวางแผนและเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆ เพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้น การเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุส่งผลให้ชุมชนต้องเผชิญกับความท้าทายในด้านการดูแลสุขภาพ การจัดสวัสดิการสังคม และการสนับสนุนทางการเงิน เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพและพึ่งพาตนเองได้ การวางแผนที่ดีเป็นสิ่งสำคัญเพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีและมีชีวิตที่ยืนยาวอย่างมีความสุข นอกจากนี้ แนวโน้มดังกล่าวยังส่งผลต่อโครงสร้างทางเศรษฐกิจและสังคมในท้องถิ่น ทำให้เกิดความต้องการในการพัฒนาบริการสุขภาพเฉพาะทางสำหรับผู้สูงอายุ รวมถึงการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการ

ใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ การเตรียมความพร้อมนี้ไม่เพียงแต่ช่วยลดภาระให้กับครอบครัวและสังคมโดยรวม แต่ยังเป็นโอกาสในการพัฒนาชุมชนท้องถิ่นให้สามารถปรับตัวและเติบโตได้อย่างมั่นคงในอนาคต

การเตรียมความพร้อมที่ดีเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีในวัยสูงอายุ ซึ่งรวมถึงทั้งด้านสุขภาพ การเงิน จิตใจ และสังคม โดยการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่วัยสูงอายุ มีความจำเป็นเพื่อเป็นการวางแผนล่วงหน้าเตรียมตัวในการดำเนินชีวิตในยามที่จะต้องมีการเตรียมความพร้อมหลายด้าน โดยทั่วไปจะมุ่งเน้นที่การเตรียม 6 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านจิตใจ 2) ด้านร่างกาย 3) ด้านทรัพย์สิน 4) ด้านการใช้เวลาว่าง 5) ด้านสัมพันธภาพภายในครอบครัวและ 6) ด้านที่อยู่อาศัย (วรวรรณ ขาญด้วยวิทย์และยศ วัชรคุปต์, 2560) ผู้ที่มีการเตรียมตัวที่ดีจะสามารถใช้ชีวิตในวัยเกษียณได้อย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี (อัญชิษฐา ศิริคำเพ็งและภักดี โพธิ์สิงห์, 2560) จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชากรวัยก่อนสูงอายุ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนบุตร ระดับการศึกษา อายุการทำงาน รายได้ต่อเดือน ลักษณะที่อยู่อาศัย จำนวนสมาชิกในครอบครัว ความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้สูงอายุความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ และการรับรู้การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ เพื่อให้เป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ (ศุภสิทธิ์ พรธรรมาโณทัย, 2565)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุจะช่วยให้เห็นภาพรวมของปัจจัยที่มีผลต่อความพร้อมในชีวิตของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย เพื่อให้ความสำคัญในการพัฒนานโยบายและกลยุทธ์ที่มีประสิทธิภาพในการสนับสนุนประชาชนให้มีการเตรียมความพร้อมที่ดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดีในวัยสูงอายุ ทั้งในด้านการส่งเสริมสุขภาพ การสนับสนุนทางการเงิน และการเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมจะมีบทบาทสำคัญในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเตรียมความพร้อมอย่างมีคุณภาพ ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย

สมมติฐานการวิจัย

1. คุณลักษณะส่วนบุคคลประกอบด้วย เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้สถานภาพทางการเงิน ภาระหนี้สิน ลักษณะของครอบครัว ภาวะสุขภาพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว และการมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย
2. แรงสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยด้านอารมณ์และสังคมด้านการรับข้อมูลข่าวสาร และด้านทรัพยากร มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย
3. ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมการเป็นผู้สูงอายุ มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย
4. ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมการเป็นผู้สูงอายุ มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านการศึกษา การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อม ก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย โดยใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม 2567 ถึง พฤศจิกายน 2567

ขอบเขตด้านพื้นที่ ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย

ขอบเขตด้านประชากร บุคคลที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย จำนวน 1,197 คน

ขอบเขตด้านระยะเวลา

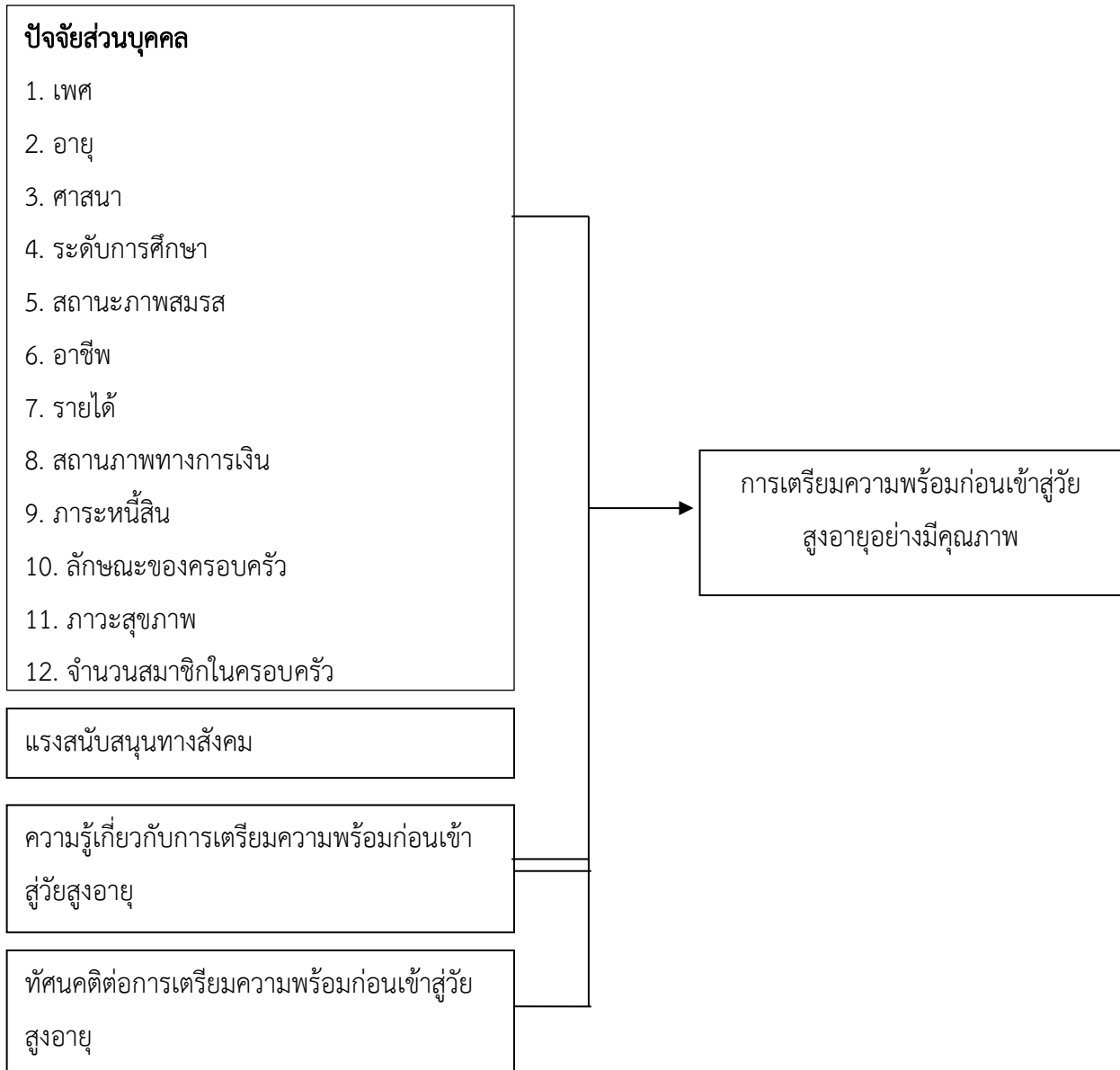
ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย สิงหาคม 2567 ถึง กุมภาพันธ์ 2568

ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ตุลาคม 2567 ถึง พฤศจิกายน 2567

กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอสักระมาศ จังหวัดสุโขทัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1) ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ ประชาชนที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ตำบลทุ่งหลวง อำเภอสักระมาศ จังหวัดสุโขทัย จำนวน 1,197 คน

2) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ประชาชนที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปีที่มีรายชื่ออยู่ในทะเบียนบ้าน และพักอาศัยอยู่ในตำบลทุ่งหลวง อำเภอสักระมาศ จังหวัดสุโขทัย ไม่ต่ำกว่า 6 เดือน ยินยอมให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย เข้าสู่โครงการวิจัยโดยพิจารณาคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นไปตามเกณฑ์การคัดเลือกเข้าวิจัยและวัตถุประสงค์ของการวิจัย จำนวน 1,197 คน ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือกเข้าและคัดออก โดยคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรที่แน่นอน จากสูตรการหาขนาดตัวอย่างของแดเนียล (Daniel, 1995) โดยการใช้การสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) นำรายชื่อของประชาชนมาสุ่มอย่างง่ายโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ในการสุ่มตามรายชื่อประชาชนอายุ 50-59 ปี ในพื้นที่ตำบลทุ่งหลวง อำเภอสักระมาศ จังหวัดสุโขทัย จนครบทุกรายหมู่บ้าน รวมทั้งสิ้น 325 ราย

หลักเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion Criteria) ได้แก่

1. เป็นบุคคลที่มีสติสัมปชัญญะครบถ้วน และมีอายุระหว่าง 50-59 ปี
2. เป็นบุคคลที่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย
3. สามารถให้ข้อมูลแก่นักวิจัยได้

หลักเกณฑ์คัดออก (Exclusion Criteria) ได้แก่

1. อาศัยอยู่ในพื้นที่ไม่ถึง 6 เดือน
2. ไม่เป็นกลุ่มผู้ป่วยติดเตียง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎีและวรรณกรรมเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ประกอบไปด้วยข้อ

คำถามเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัยประกอบด้วย 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ สถานภาพทางการเงิน ภาระหนี้สิน ลักษณะของครอบครัว ภาวะสุขภาพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว และการมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง จำนวน 13 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบและเติมคำลงในช่องว่าง

ส่วนที่ 2 แรงสนับสนุนทางสังคม เป็นแบบสอบถามประเมินการได้รับการสนับสนุน ช่วยเหลือ ประยุกต์มาจากแรงสนับสนุนทางสังคม (วิไลพร วงศ์คีรี, โรจน์ จินตนาวัฒน์, และกนกพร สุคำวัง, 2556) ประกอบด้วย ด้านอารมณ์และสังคม ด้านการรับข้อมูลข่าวสาร และด้านทรัพยากร จำนวน 15 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ ดังนี้

ไม่ได้รับ	หมายถึง	ท่านไม่ได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือในเรื่องนั้น ๆ เลย
บางครั้ง	หมายถึง	ท่านได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือในเรื่องนั้น ๆ บางครั้ง
ทุกครั้ง	หมายถึง	ท่านได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือในเรื่องนั้น ๆ ทุกครั้ง

โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน เป็นดังนี้

	คำถามเชิงบวก	คำถามเชิงลบ
ไม่ได้รับ	1 คะแนน	3 คะแนน
ได้รับน้อย	2 คะแนน	2 คะแนน
ได้รับมาก	3 คะแนน	1 คะแนน

การแปลความหมายคะแนนรวมของแรงสนับสนุนทางสังคม แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้เกณฑ์ของบลูม (Bloom, 1975) ดังนี้

แรงสนับสนุนทางสังคม ระดับสูง	ร้อยละ 80 ขึ้นไป
แรงสนับสนุนทางสังคม ระดับปานกลาง	ร้อยละ 60-79
แรงสนับสนุนทางสังคม ระดับต่ำ	น้อยกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ประกอบด้วยด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคงในชีวิต และด้านสังคมและงานอดิเรก จำนวน 20 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบถูกผิด 2 ค่า

โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ตอบไม่ใช่	หมายถึง	ได้ 0 คะแนน
-----------	---------	-------------

ตอบใช่ หมายถึง ได้ 1 คะแนน

การแปลความหมายคะแนนรวมของความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้เกณฑ์ของบลูม (Bloom, 1975) ดังนี้

ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับสูง	ร้อยละ 80 ขึ้นไป
ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับปานกลาง	ร้อยละ 60-79
ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับต่ำ	น้อยกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 4 ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ เป็นแบบสอบถาม ที่ประเมิน ทักษะคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน จำนวน 15 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน เป็นดังนี้

	คำถามเชิงบวก	คำถามเชิงลบ
ไม่เห็นด้วย	1 คะแนน	3 คะแนน
ไม่แน่ใจ	2 คะแนน	2 คะแนน
เห็นด้วย	3 คะแนน	1 คะแนน

การแปลความหมายคะแนนรวมของทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้เกณฑ์ของบลูม (Bloom, 1975) ดังนี้

ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับสูง	ร้อยละ 80 ขึ้นไป
ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับปานกลาง	ร้อยละ 60-79
ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับต่ำ	น้อยกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาวะ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงในชีวิตสูงอายุจำนวน 16 ข้อ เป็นมาตราส่วน ประมาณค่า 3 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติ

โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	คำถามเชิงบวก	คำถามเชิงลบ
ไม่เคยปฏิบัติ	1 คะแนน	3 คะแนน
บางครั้ง	2 คะแนน	2 คะแนน
เป็นประจำ	3 คะแนน	1 คะแนน

การแปลความหมายคะแนนรวมของพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยใช้เกณฑ์ของบลูม (Bloom, 1975) ดังนี้

พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับสูง	ร้อยละ 80 ขึ้นไป
พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับปานกลาง	ร้อยละ 60-79
พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ระดับต่ำ	น้อยกว่าร้อยละ 60

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา แบบสอบถามทั้งฉบับ โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่านใช้ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างคำถามและวัตถุประสงค์ (Index of Item Objective Congruence: IOC) ได้ค่าระหว่าง 0.67-1.00 หลังจากนั้น ทำการตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยทดลองใช้เครื่องมือกับกลุ่มตัวอย่าง 30 คน ในประชาชนที่มีอายุระหว่าง 50-59 ปี ตำบลบ้านป้อม อำเภอกีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย มีความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความรู้ ใช้ค่า KR20 ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.80 แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม ทศนติและการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค มีค่าความเชื่อมั่น 0.84, 0.82 และ 0.86 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1) ผู้วิจัยดำเนินการขอเอกสารรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จังหวัดสุโขทัย เพื่อพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง
- 2) ผู้วิจัยนำหนังสือเสนอต่อสำนักงานสาธารณสุขอำเภอกีรีมาศ เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3) ผู้วิจัยติดต่อประสานงานกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ ผู้นำชุมชน และผู้รับผิดชอบงานที่เป็นพื้นที่ในการศึกษาวิจัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 4) ผู้วิจัยตรวจสอบรายชื่อกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ สถานภาพทางการเงิน ภาระหนี้สิน ลักษณะของครอบครัว ภาวะสุขภาพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว การมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง โดยใช้สถิติจำนวน และร้อยละ กรณีเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้สถิติค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด กรณีเป็นข้อมูลเชิงปริมาณ

2. วิเคราะห์หาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย โดยใช้สถิติถดถอยพหุคูณเชิงเส้น (Multiple Linear Regression Analysis) ด้วยวิธีการคัดเลือกตัวแบบแบบขั้นตอน (Stepwise)

กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณาการศึกษาวิจัยในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุโขทัย โครงการเลขที่ COA No.70/2024 เอกสารรับรองโครงการวิจัยเลขที่ IRB No.83/2024 ประเภทการรับรองแบบเร่งรัด (Expedited Review) รับรองเมื่อวันที่ 17 ตุลาคม 2567

สรุปผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 68.0 มีอายุเฉลี่ย 55.01 ± 2.49 ปี อายุสูงสุด 59 ปี อายุต่ำสุด 50 ปี นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 99.4 จบระดับการศึกษาประถมศึกษา ร้อยละ 69.2 รองลงมาจบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 18.5 สถานภาพสมรส ร้อยละ 68.3 มีรายได้เฉลี่ย $6,657.54 \pm 3,731.65$ บาทต่อเดือน สถานภาพทางการเงินเพียงพอไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 51.1 มีภาระหนี้สิน ร้อยละ 62.5 ลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวเดี่ยว ร้อยละ 65.8 ภาวะสุขภาพไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 72.9 จำนวนสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย 3.17 ± 1.71 คน มีที่อยู่เป็นของตนเอง ร้อยละ 96.0 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 32.0

ส่วนที่ 2 แรงสนับสนุนทางสังคม

ตาราง 1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับแรงสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 325$)

แรงสนับสนุนทางสังคม	จำนวน	ร้อยละ
แรงสนับสนุนทางสังคมระดับสูง (36 คะแนนขึ้นไป)	309	95.1
แรงสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง (27-35 คะแนน)	16	4.9
แรงสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ (ต่ำกว่า 27 คะแนน)	0	0
(Mean = 39.15 S.D. = 2.19, Median = 41.0, Min = 32.0, Max = 43.0)		

จากตาราง 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 95.1 รองลงมาคือระดับปานกลาง ร้อยละ 4.9 มีแรงสนับสนุนทางสังคมเฉลี่ย 39.15 ± 2.19 คะแนน (คะแนนเต็ม 45) ต่ำสุด 32 คะแนน สูงสุด 43 คะแนน

ส่วนที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ

ตาราง 2 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 325$)

ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ความรู้ระดับสูง (16 คะแนนขึ้นไป)	308	94.8
ความรู้ระดับปานกลาง (12-15 คะแนน)	17	5.2
ความรู้ระดับต่ำ (ต่ำกว่า 12 คะแนน)	0	0
(Mean = 17.47 S.D. = 1.32, Median = 17.0, Min = 13.0, Max = 20.0)		

จากตาราง 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 94.8 รองลงมาคือระดับปานกลาง ร้อยละ 5.2 มีความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุเฉลี่ย 17.47 ± 1.32 คะแนน (คะแนนเต็ม 20) ต่ำสุด 13 คะแนน สูงสุด 20 คะแนน

ส่วนที่ 4 ทศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ

ตาราง 3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง (n = 325)

ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ทัศนคติระดับสูง (36 คะแนนขึ้นไป)	325	100.0
ทัศนคติระดับปานกลาง (27-35 คะแนน)	0	0
ทัศนคติระดับต่ำ (ต่ำกว่า 27 คะแนน)	0	0
(Mean = 44.90 S.D. = 0.39, Median = 45.0, Min = 43.0, Max = 45.0)		

จากตาราง 3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 100.0 มีทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุเฉลี่ย 44.90 ± 0.39 คะแนน (คะแนนเต็ม 45) ต่ำสุด 43 คะแนน สูงสุด 45 คะแนน

ส่วนที่ 5 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ

ตาราง 4 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่าง (n = 325)

การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
การเตรียมความพร้อมระดับสูง (39 คะแนนขึ้นไป)	289	88.9
การเตรียมความพร้อมระดับปานกลาง (29-38 คะแนน)	36	11.1
การเตรียมความพร้อมระดับต่ำ (ต่ำกว่า 29 คะแนน)	0	0
(Mean = 41.34 S.D. = 2.44, Median = 42.0, Min = 34.0, Max = 47.0)		

จากตาราง 4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 88.9 รองลงมาคือระดับปานกลาง ร้อยละ 11.1 มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุเฉลี่ย 41.34 ± 2.44 คะแนน (คะแนนเต็ม 48) ต่ำสุด 34 คะแนน สูงสุด 47 คะแนน

ส่วนที่ 5 การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัยด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ตาราง 5 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนระหว่างตัวแปรพยากรณ์กับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย (n = 325)

ตัวแปรพยากรณ์	b	Beta	T	p-value
ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ	0.817	0.440	10.399	<0.001
แรงสนับสนุนทางสังคม	0.448	0.402	7.528	<0.001
ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ	0.598	0.096	2.261	0.024

Constant (a) = 19.555 R Square = 0.452 Adjusted R Square = 0.444 F = 5.112

P = <0.05

จากตาราง 5 การวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า มีตัวแปรที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ได้ทั้งหมด 3 ตัวแปร ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ($p < 0.001$, $\beta = 0.440$) แรงสนับสนุนทางสังคม ($p < 0.001$, $\beta = 0.402$) และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ($p = 0.024$, $\beta = 0.096$) โดยสามารถร่วมกันทำนายการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ได้ร้อยละ 45.2 และสามารถเขียนสมการในการพยากรณ์การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ในรูปคะแนนดิบได้ดังนี้

การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน = $19.555 + (0.817) \text{ ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ} + (0.448) \text{ แรงสนับสนุนทางสังคม} + (0.598) \text{ ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ}$

อภิปรายผลการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างอายุ 50-59 ปีส่วนใหญ่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอยู่ในระดับสูง กล่าวคือ ตำบลทุ่งหลวงเป็นชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท ประชาชนยังคงมีความผูกพันทางสังคมสูง มีการพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกันอย่างสม่ำเสมอ ทำให้มีโอกาสได้รับความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุจากเพื่อนบ้านและผู้สูงอายุในชุมชน รวมไปถึงมีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ่งหลวงที่มีการจัดกิจกรรมให้ความรู้และส่งเสริมการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างต่อเนื่อง รวมถึงมีอาสาสมัคร

สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ที่ช่วยกระจายข้อมูลข่าวสารและให้คำแนะนำแก่ประชาชนในพื้นที่ สอดคล้องกับงานวิจัยของนเรศศักดิ์ แก้วห้วยและคณะ (2565) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากร อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของนฤนาท ยืนยงและคณะ (2567) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ของประชาชนวัยก่อนสูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของกริช เกียรติญาณและธณัฐา โรจนตระกูล (2564) ศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ กรณีศึกษาตำบลวัดไทรย์ อำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับมาก

ทั้งนี้ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบลทุ่งหลวง อำเภอคีรีมาศ จังหวัดสุโขทัย ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ แรงสนับสนุนทางสังคม และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ สามารถอธิบายได้ดังต่อไปนี้

ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ เพิ่มขึ้น 1 หน่วย การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพจะเพิ่มขึ้น 0.817 หน่วย อาจเนื่องมาจากเมื่อบุคคลมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมที่จะเกิดขึ้นในวัยสูงอายุ จะทำให้เกิดความตระหนักและเห็นความสำคัญของการเตรียมความพร้อม สอดคล้องกับการศึกษาของ นฤนาท ยืนยง และคณะ (2567) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของประชาชนวัยก่อนสูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของกริช เกียรติญาณและธณัฐา โรจนตระกูล (2564) ศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ กรณีศึกษาตำบลวัดไทรย์ อำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุมีผลต่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ

แรงสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อแรงสนับสนุนทางสังคม เพิ่มขึ้น 1 หน่วย การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพจะเพิ่มขึ้น 0.448 หน่วย สามารถอธิบายได้ว่าเมื่อประชาชนในตำบลทุ่งหลวงได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมที่เพิ่มขึ้น จะส่งผลให้มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุที่ดีขึ้นด้วย ทั้งนี้แรงสนับสนุนทางสังคมจะเป็นแรง

กระตุ้นให้มีการเตรียมความพร้อมได้มากยิ่งขึ้น เนื่องจากการได้รับกำลังใจ คำแนะนำ และความช่วยเหลือจาก บุคคลรอบข้าง ทำให้บุคคลมีแรงจูงใจในการวางแผนและเตรียมพร้อมสำหรับการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของเพ็ญศรี กองสัมฤทธิ์และคณะ (2564) ศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ของวัยทำงานตอนปลาย เขตสุขภาพที่ 6 พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อการเตรียมความพร้อมสำหรับการ เป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี และสอดคล้องกับงานวิจัยของวชากร นพนรินทร์ (2563) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ การเตรียมความพร้อมสู่การเป็นผู้สูงวัยอย่างมีคุณภาพของประชาชน ในอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก พบว่า แรง สนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพ

ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัย สูงอายุอย่างมีคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ เพิ่มขึ้น 1 หน่วย การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพจะเพิ่มขึ้น 0.598 หน่วย เนื่องจากบุคคลที่มี ทัศนคติที่ดีจะมีความตระหนักถึงความสำคัญของการวางแผนชีวิต และมีแนวโน้มที่จะแสวงหาความรู้และลงมือ ปฏิบัติเพื่อเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆ สอดคล้องกับงานวิจัยของวชากร นพนรินทร์ (2563) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมสู่การเป็นผู้สูงวัยอย่างมีคุณภาพของประชาชน ในอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก พบว่า ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุมีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ อย่างมีคุณภาพ และสอดคล้องกับงานวิจัยของเพ็ญศรี กองสัมฤทธิ์และคณะ (2564) ศึกษาเรื่องการเตรียมความ พร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของวัยทำงานตอนปลาย เขตสุขภาพที่ 6 พบว่า ทัศนคติมีผลต่อการเตรียมความพร้อม สำหรับการเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพของประชาชน ตำบล พุ่งหลวง อำเภอศรีมหาสาร จังหวัดสุโขทัยในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา สถานะภาพ สมรส อาชีพ รายได้ สถานภาพทางการเงิน ภาระหนี้สิน ลักษณะของครอบครัว ภาวะสุขภาพ จำนวนสมาชิกใน ครอบครัว และการมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง

ข้อเสนอแนะ

1. นักวิชาการสาธารณสุขหรือเจ้าหน้าที่ รพ.สต. ควรจัดทำโครงการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความ พร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างต่อเนื่อง โดยเน้นเนื้อหาที่จำเป็น เช่น การดูแลสุขภาพ การออม การวางแผนชีวิต
2. ควรส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการเตรียมความพร้อมในการเป็นผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ โดยจัดกิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวและชุมชน

3. ควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมมุมมองเชิงบวกต่อการเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุ เช่น การพบปะพูดคุยกับผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในการเตรียมตัว

เอกสารอ้างอิง

- กริช เกียรติญาณ และณัฏฐา โรจนตระกูล. (2564). การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ กรณีศึกษา ตำบลวัดไทรย์อำเภอมะนังนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์. *Journal of Modern Learning Development*, 6(2), 59-74.
- ชากร นพนรินทร์. (2563). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมสู่การเป็นผู้สูงวัยอย่างมีคุณภาพของประชาชน ในอำเภอมะนัง จังหวัดพิษณุโลก. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- นฤนาท ยืนยง, พันธุ์ทิพย์ รามสูต และวันสรุา เชาวน์นิยม. (2567). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ ของประชาชนวัยก่อนสูงอายุ อำเภอมะนัง จังหวัดปทุมธานี. *วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา*, 19(1), 108-121.
- นเรศศักดิ์ แก้วห้วย, สุปรียา แก้วสวัสดิ์, เรวดี เพชรศิราสน์ และจุฑารัตน์ สติปัญญา. (2565). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุของประชากร อำเภอมะนัง จังหวัดสุราษฎร์ธานี. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*, 16(1), 172-185.
- วิไลพร วงศ์คินี, โรจน์ จินตนาวัฒน์ และกนกพร สุคำวัง. (2556). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมพลังของประชากรเขตเมือง จังหวัดเชียงใหม่. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วรวรรณ ชาญด้วยวิทย์ และยศ วัชรคุปต์. (2560). ระบบประกันการดูแลระยะยาว: ระบบที่เหมาะสมกับประเทศไทย (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย.
- เพ็ญศรี กองสัมฤทธิ์, วริยา บุญทอง และเสาวลักษณ์ ท้วมเจริญ. (2564). การเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุของวัยทำงานตอนปลาย เขตสุขภาพที่ 6. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 30(2), 218-227.
- ศุภสิทธิ์ พรณารุณทัย. (2565). วาระผู้สูงอายุกับวาระวิจัยระบบสุขภาพ. *วารสารวิจัยระบบสุขภาพ*, 16(4), 419-420.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2564). *การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564*. กรุงเทพฯ: กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอคีรีมาศ. (2567). *รายงานประจำปี 2566*. สุโขทัย.

อัญชิษฐา ศิริคำเพ็ง และภักดี โพธิ์สิงห์. (2560). การดูแลผู้สูงอายุระยะยาวที่มีภาวะพึ่งพิงในยุคประเทศไทย 4.0. *วารสารวิชาการธรรมทรรศน์*, 17(2), 235-243.

Bloom. (1975). *Taxonomy of Education*. New York: David McKay Company Inc.

Daniel. (1995). *Biostatistics: A foundation for analysis in the health sciences*. New York: Wiley & Sons.

World Health Organization. (2021). *Active Aging: A policy framework*. เข้าถึงได้จาก
<https://iris.who.int/bitstream/handle>