

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ ผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ได้จากการเลือกตัวอย่างโดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง (เทศบาล) ใช้วิธีการเลือกตัวอย่างอย่างง่ายโดยการจับสลากเลือกชุมชน 2 ชุมชน ส่วนกลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตชนบท ใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบชั้นภูมิจากอำเภอ ตำบล และหมู่บ้าน รวม 4 หมู่บ้าน การเก็บข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ จำนวน 402 ราย

การประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC⁺ (statistical package for the social sciences/personal computer) เพื่อหาค่าความถี่ร้อยละ และวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว รวมทั้งวิเคราะห์การจำแนกพหุ ซึ่งสรุปผลการศึกษาได้ดังนี้

1. ลักษณะพื้นฐานของผู้สูงอายุ

กลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มอายุ 60-69 ปี เป็นผู้สูงอายุเพศหญิง ร้อยละ 63.2 มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 49.0 และสถานภาพสมรสหม้าย ร้อยละ 43.0 จบการศึกษาในระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า ร้อยละ 55.7 มีเพียงร้อยละ 1.7 เท่านั้นที่เรียนจบในระดับสูงกว่าชั้นประถมศึกษา กว่าร้อยละ 50 ที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ฐานะทางเศรษฐกิจของครัวเรือน

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ด้วยปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคม ที่มีความสัมพันธ์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ตามการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว มีผลสรุปดังนี้

2.1 เพศของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุเพศชายมีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้และมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 อายุ พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มที่มีอายุน้อยกว่ามีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุกลุ่มที่มีอายุมากกว่า ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้และมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.3 สถานภาพสมรส พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่เป็นโสด หม้าย หย่าร้าง หรือเลิกกัน เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้และมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.4 การมีโรคประจำตัว พบว่า ผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัว มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้และมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.5 ประเภทของงานอาชีพก่อนอายุ 60 ปี พบว่า ผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพนอกภาคเกษตรกรรม มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม เป็นไปตามสมมติฐานอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.6 การทำงานเชิงเศรษฐกิจปัจจุบัน พบว่า ผู้สูงอายุที่ยังคงทำงานเชิงเศรษฐกิจในปัจจุบัน มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานเชิงเศรษฐกิจในปัจจุบัน ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.7 ฐานะทางเศรษฐกิจของครัวเรือน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีฐานะเศรษฐกิจของครัวเรือนสูงกว่า มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะเศรษฐกิจของครัวเรือนต่ำกว่า ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.8 การมีบ้านพักอาศัยเป็นของตนเอง พบว่า ผู้สูงอายุที่มีบ้านพักอาศัยเป็นของตนเองหรือคู่สมรส มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านของบุตรหลาน หรือญาติ หรืออยู่บ้านเช่า หรือบ้านที่หน่วยงานจัดหาให้ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.9 การศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุที่ได้รับการศึกษา มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการศึกษา เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.10 เขตที่อยู่อาศัย พบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตชนบท มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง ซึ่งเป็นทิศทางตรงกันข้ามกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.11 การอยู่อาศัย พบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ครัวเรือนเดียวกับคู่สมรสหรือบุตร มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียว เป็นไปตามสมมติฐานอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.12 จำนวนสมาชิกในครัวเรือน พบว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนที่มีสมาชิก 4-5 คน มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียว หรืออยู่กับสมาชิก 2-3 คน หรืออยู่กับสมาชิกในครัวเรือนมากกว่า 5 คนขึ้นไป ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.13 การเป็นสมาชิกกลุ่มหรือชมรม พบว่า ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกกลุ่มหรือชมรม มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้เป็นสมาชิกกลุ่มหรือชมรม เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.14 การมีงานอดิเรกทำ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีงานอดิเรกทำ มีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีงานอดิเรกทำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระที่ได้นำมาวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวและพบว่ามีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จำนวน 11 ตัวแปร ซึ่งได้นำตัวแปรทั้ง 11 ตัวแปรนี้มาวิเคราะห์จำแนกพบเพียง 10 ตัวแปร พบว่าตัวแปรทั้ง 10 ตัว ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การมีโรคประจำตัว การทำงานเชิงเศรษฐกิจในปัจจุบัน ฐานะทางเศรษฐกิจของครัวเรือน ระดับการศึกษา เขตที่อยู่อาศัย การเป็นสมาชิกกลุ่มหรือชมรม และการมีงานอดิเรกทำ สามารถอธิบายการผันแปรของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 40 และพบว่าตัวแปรการมีโรคประจำตัวและฐานะเศรษฐกิจมีผลต่อการผันแปรของคุณภาพชีวิตมากที่สุด

ข้อเสนอแนะ

เนื่องจากคุณภาพชีวิตเป็นเป้าหมายหลักของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ดังนั้น ในการที่จะส่งเสริมให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีในกลุ่มผู้สูงอายุ จากผลงานวิจัยข้างต้น สรุปเป็นแนวทางสำหรับการปฏิบัติ ดังนี้

1. ปัญหาสำคัญที่สุดของผู้สูงอายุได้แก่ปัญหาเรื่องสุขภาพ การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าทำได้โดยการจัดให้มีคลินิกสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะที่แยกออกจากผู้ป่วยอื่นในสถานบริการทุกระดับของกระทรวงสาธารณสุข สำหรับผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาในเรื่องการเดินทาง ควรจัดให้มีบริการดูแลสุขภาพที่บ้าน (home care service) นอกจากนี้ควรส่งเสริมและประชาสัมพันธ์เพื่อสร้างความเข้าใจให้ผู้สูงอายุได้ทราบถึงประโยชน์ของการตรวจสุขภาพแม้ว่าผู้สูงอายุจะไม่ได้รู้สึกถึงการเจ็บไข้ได้ป่วย อย่างไรก็ตาม ในระยะยาวควรจะต้องส่งเสริมให้ประชาชนมีการเตรียมความพร้อมไว้ก่อนที่จะก้าวเข้าสู่ผู้สูงอายุ ควรมีการเตรียมด้านสุขภาพ ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์อย่างครบถ้วนและเพียงพอ

ในส่วนของผู้ให้บริการทางด้านสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุซึ่งอยู่ในความรับผิดชอบหลักของกระทรวงสาธารณสุข ควรจะต้องเตรียมความพร้อมในด้านการบริการอย่างครบคลุมทั้งทางด้านบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญเฉพาะด้านผู้สูงอายุ ระบบบริการรวมถึงระบบการส่งต่อที่มีประสิทธิภาพและลดขั้นตอนการรับบริการจากบัตรสวัสดิการเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุเป็นกรณีที่ต่างจากผู้รับบริการในกลุ่มอื่นๆ

2. จากงานวิจัยนี้ สามารถยืนยันถึงความสำคัญของการศึกษาของผู้สูงอายุ จึงควรส่งเสริมการศึกษาในผู้สูงอายุ ซึ่งควรจะเป็นรูปแบบการศึกษาต่อเนื่องตลอดชีวิต (life-long education) คือการให้ความรู้ใหม่ๆ แก่ผู้สูงอายุตลอดเวลา โดยไม่จำเป็นจะต้องเรียนในห้องเรียนเท่านั้น และการให้ควรรู้ทั้งในกลุ่มผู้สูงอายุและผู้ที่จะเข้าสู่ผู้สูงอายุในเรื่องของ การเปลี่ยนแปลงสภาพต่างๆ

ของร่างกายและจิตใจเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจและยอมรับในการเปลี่ยนแปลงนั้นๆ ความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพ ดูแลและฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจที่เสื่อมถอยไป โดยเน้นให้ผู้สูงอายุดูแลตนเองได้ การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป การเรียนรู้เกี่ยวกับแหล่งบริการและการใช้บริการของแหล่งบริการต่างๆ ที่จำเป็นไม่ว่าจะเป็นแหล่งบริการทางด้านสุขภาพ ด้านกฎหมาย สังคม และอื่นๆ ซึ่งความรู้เหล่านี้ผู้สูงอายุควรได้รับโดยการผ่านสื่อต่างๆ จะช่วยให้ผู้สูงอายุทันโลก ทันสมัย ได้รับการยอมรับ และสามารถอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างมีความสุข

ส่วนการศึกษาของผู้สูงอายุในระยะยาว ควรมีการเตรียมความพร้อมให้กับผู้สูงอายุในอนาคตโดยการยกระดับการศึกษาภาคบังคับให้สูงขึ้น และครอบคลุมประชากรทุกคน เพื่อเป็นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ควบคู่กันไปกับการพัฒนาประเทศด้านอื่นๆ

3. การส่งเสริมกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะชมรมผู้สูงอายุให้ครอบคลุมและมีบทบาทในการส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน ส่งเสริมกิจกรรมของชมรมให้มีบทบาทในการให้ความรู้ การตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย การพึ่งเทศน์ฟังธรรม สันทนาการต่างๆ รวมถึงการส่งเสริมกิจกรรมเสริมรายได้ตามความสนใจและความเหมาะสม

นอกจากนี้ควรส่งเสริมให้มีการใช้เวลาว่างในการก่อให้เกิดประโยชน์ เช่น ส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมทางด้านศาสนาและวัฒนธรรมประเพณี การยึดมั่นในศาสนาจะทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขและอายุยืน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

1. จากผลการวิจัยครั้งนี้ สามารถยืนยันถึงประสิทธิภาพของเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตชุมชนขององค์การอนามัยโลก และควรนำไปใช้ในงานวิจัยที่ขนาดตัวอย่างใหญ่กว่านี้

2. การศึกษาคุณภาพชีวิตด้วยเครื่องมือสนามขององค์การอนามัยโลก แม้ว่าจะได้รับการยอมรับว่าเป็นสากลและใช้ได้กับทุกวัฒนธรรม แต่ในส่วนของการศึกษาในบุคคลเฉพาะกลุ่ม กรณีเช่น ผู้สูงอายุ ควรมีการปรับแก้ภาษาที่ใช้ให้เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่นและวัฒนธรรม เพื่อให้ได้คำตอบที่ตรงกับจุดมุ่งหมายและความเป็นจริงมากที่สุด

3. เพื่อให้ข้อมูลที่ได้อาจเป็นตัวแทนของผู้สูงอายุและนำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างแท้จริง ควรให้มีกลุ่มตัวอย่างมากเพียงพอ และมีสัดส่วนระหว่างกลุ่มตัวอย่างในเขตชนบทกับเขตเมืองตามสภาพความเป็นจริง

4. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความพร้อมในการรองรับสถานการณ์ของผู้สูงอายุในแต่ละหน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือรับผิดชอบ เช่น ความพร้อมในการให้บริการด้านสุขภาพ การคาด

ประมาณงบประมาณค่าใช้จ่ายในเรื่องผู้สูงอายุ ฯลฯ เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาผู้สูงอายุที่
ค้นพบจากงานวิจัย.